



QUI ES-TU PÈRE NOËL ?

Évêque de Turquie au 4^e siècle, connu pour sa générosité, Nicolas de Myre est souvent présenté comme « l'authentique Père Noël ». Mais comment ce personnage historique a-t-il inspiré le grand bonhomme rouge et blanc que nous connaissons aujourd'hui ?

P. 15

le mans maville

N°16 du 18 décembre 2024 au 7 janvier 2025 | SORTIES & LOISIRS | BONS PLANS & BONNES NOUVELLES | CENTRE VILLE & AGGLO

ACHÈTE

ANTIQUITÉ-BROCANTE

VIDE MAISON - DÉBARRAS - DÉMÉNAGEMENTS

MEUBLES, VAISSELLE, BIBELOTS, LINGE DE MAISON,
VÊTEMENTS ANCIENS, JOUETS ANCIENS,
PENDULES, CARILLONS, BIJOUX, MONTRES,
PIÈCES DE MONNAIE, MOBYLETTES, ETC...

Déplacement gratuit dans toute la Sarthe

NE JETEZ RIEN !

M. Jessy JEULIN : 06 12 92 44 25 www.jessyjeulin.fr

RCS Le Mans A 837 671 882



© Air Bleu ULM

Avec Air Bleu ULM, offrez-vous un Noël dans les nuages !

Multiple Champion inter-régional et Champion de France ULM en 2014 puis 2017, David Morin est aux commandes d'Air Bleu ULM. Il ouvre les portes de son univers aux amateurs et aux curieux, tous les jours de la semaine durant toute l'année. Rencontre avec un mordu du ciel... P. 20-21



JOYEUSES FÊTES !

Tic, tac... L'horloge tourne, tourne... Noël approche et votre hotte est encore à moitié vide ? Pas de panique ! Votre journal vole à votre secours en vous livrant ses meilleures adresses et ses idées cadeaux de dernière minute pour des surprises inoubliables.

P. 24 à 27

AGRICULTURE SOLIDAIRE

À mi-chemin entre agriculture et culture, l'association Souvré-Vous ! propose un modèle alternatif : soutenir les fermes locales par la distribution de paniers de légumes issus de l'agriculture biologique tout en sensibilisant les consommateurs à une alimentation responsable.

P. 16-17

CHAUFFAGE STYLE

Chauder son intérieur est indispensable en hiver. Pourquoi ne pas transformer votre système de chauffage en atout déco ? Radiateurs, poêles ou cheminées peuvent allier confort thermique et style. Les idées de notre expert pour conjuguer efficacité et esthétique.

P. 23



OUVERTURE DE VOTRE NOUVELLE BIJOUTERIE

ZAG - CLUSE - SIMONE À BORDEAUX

SANTIBÉ - FLOWER FOR ZOÉ - BRONZALLURE
et nos collections Plaqué Or et Argent

LES AUDACIEUSES
bijoux

23 rue de Bolton - LE MANS - 02 43 28 41 34

RCS B 823 331 673



P.22



P.28



P.21



P.4

Conception - contenus :

Jean-Baptiste d'Albaret

lemansmaville@additi.fr

Conception graphique :

Sébastien Pons

Distribution et publicité :

Additi Média

Olivier Rault

10 rue du Breil, 35081 Rennes Cedex 9

Aurore Pouget

06 83 92 75 86

aurore.pouget@additi.fr

Site

lemans.maville.com

Imprimerie Ouest-France

10 rue du Breil - 35081 Rennes Cedex 9

Tirage : 30 000 exemplaires

Additi com SAS est éditeur de Lemans.maville

Numéro 16 - 18 décembre 2024

Prochain numéro le 8 janvier 2025

Toutes reproductions d'un article (y compris partie de texte, graphique, photo) sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de la Direction de Maville, est strictement interdite (article L122-4 du code de la propriété intellectuelle).



LE TRI
+ FACILE
BAC DE TRI

Imprimé sur du papier UPM produit en Allemagne à partir de 65% de fibres recyclées. Eutrophisation : 0.003kg/tonne.

Certifié PEFC - PEFC/10-31-3502

Préservez notre environnement,
ne pas jeter sur la voie publique

SOMMAIRE

CULTURE & DÉCOUVERTES

- p.3-8 Sélection sorties
- p.9-12 Activités jeunesse
- p.13 Les films de la quinzaine
- p.14 Conseils lecture

TEMPS FORTS

- p.15 Qui es-tu Père Noël ?
- p.16-17 Le modèle solidaire de l'AMAP Souvré-vous !
- p.18-19 Air Bleu ULM : le bonheur est dans le ciel

100% LE MANS

- p.21 Aide le voyageur du temps à passer en 2025 !
- p.22 Un samedi detox et bien-être
- p.24-25 Sélection pépites Food
- p.26 Pépites shopping « bonnes résolutions »
- p.28 Les coups de coeur d'Eugénie
- p.31 Poids des origines, force des sentiments

ÉVÉNEMENTS



MCLAREN A NAME FOR ETERNITY

Marque légendaire

L'exposition vous fera découvrir l'épopée légendaire d'une marque qui a laissé son empreinte dans l'histoire automobile. De la première voiture conçue par McLaren, en passant par la première Formule 1 de l'écurie, l'exposition retracera les jalons d'une aventure humaine et technologique exceptionnelle ! Voyagez à travers le temps et découvrez les véhicules prestigieux de cette marque légendaire qui célébrera le 30^e anniversaire de sa victoire aux 24 Heures du Mans 1995.

Jusqu'au 7 juillet 2025
Tous les jours de 10h à 18h
Musée des 24 Heures du Mans
9 place Luigi Chinetti
Tarif : à partir de 9€



CÉRAMICA LE MANS

Balade céramique en centre-ville

Le marché des potiers « Céramica Le Mans » revient pour sa 32^e édition, réunissant 45 professionnels de la céramique et autant d'univers créatifs à découvrir. Chaque artisan dévoilera un monde unique, reflet de ses techniques, de sa sensibilité artistique et de son approche personnelle de cet art ancestral. Installé entre le square des Ursulines, la place de la Sirène et la rue Jankowski, ce rendez-vous in-

contournable transforme le cœur de la ville en un véritable écrin dédié à l'art et au savoir-faire céramique.

Du ven. 20 au dim. 22 décembre
De 9h à 19h
Square des ursulines, place de la Sirène, rue Jankowski
le-pot-de-terre.org/lemans.htm
Gratuit

NOËL AQUATIQUE

Piscine festive

Jeux de ballons, water-ball, pataugeoire, aqualand avec structures gonflables, animations festives et, bien sûr, l'incontournable passage du Père Noël... Le centre aquatique Les Atlantides célèbre Noël à sa manière : les pieds dans l'eau et la tête dans les étoiles. Une journée où les enfants deviennent les véritables rois du bassin, en maillot de bain et avec le sourire garanti !



Sam. 21 décembre de 10h à 18h
Les Atlantides
Avenue de Volos
Tarif : 5,80 € (3,80 € pour les 3 à 18 ans et gratuit pour les moins de 3 ans).

NOËL AGRICOLE

Tracteurs de fête

Ce défilé est organisé en partenariat avec l'association du comice de Neuville-sur-Sarthe 2025. Les agriculteurs de la « ceinture verte » mancelle vous invitent à vivre la magie de Noël autrement, avec une grande parade de tracteurs illuminés et décorés qui traversera les rues des 16 communes participantes. Le coup d'envoi sera donné dans le vieux bourg d'Allonnes, pour un final en apothéose au cœur du centre-ville du Mans.



Dim. 22 décembre
Arrivée dans le centre-ville vers 18h30
Gratuit



SEMAINES PORTES OUVERTES
Du Lundi 6 au Samedi 18 janvier 2024
Pour ses 40ans le Samouraï 2000 reprend ses inscriptions !
www.samourai2000.com

Samouraï 2000
 Dojo Alice Milliat
 7 Bd Louis Leprince Ringuet
 72000 Le Mans

MAISONS
SPORT
SANTÉ
En Vie d'Activité

CONCERTS



ORCHESTRE DU CONSERVATOIRE

Voyage musical

Partez en voyage musical avec l'Orchestre d'harmonie du Conservatoire du Mans ! Au programme, des œuvres variées comme *Around the World in 80 Days*, *Fantasy on a Japanese Folk Song* ou *Come Down Rain*, autant de pièces qui permettent de vous transporter aux quatre coins du globe. Une soirée exceptionnelle pour explorer les cultures du monde à travers des mélodies envoûtantes. Ne manquez pas cette invitation à l'évasion sonore !

Mer. 18 décembre à 20h
Salle des Concerts
58 rue du Port
02 43 47 38 62
Gratuit



NOËL UKRAINIEN EN MUSIQUE

Mélodies de l'espoir

Pour la troisième année, l'Association « Ukraine Au Mans » organise un concert exceptionnel. Après les succès de « 3 Chœurs pour l'Ukraine » en 2022 et « Ensembles pour l'Ukraine » en 2023, l'Orchestre National des Bandouristes d'Ukraine se produira le 20 décembre pour un Noël ukrainien. Cet orchestre de renommée internationale, en tournée dans les grandes villes européennes, célèbre la culture ukrainienne tout en récoltant des fonds humanitaires essentiels. Participation libre.

Ven. 20 décembre à 19h30
Église Saint-Aldric
3 rue d'Isaac
Participation libre

MUSIQUE DE RUE

Couleurs de Noël

De l'office de tourisme à la place de la République, laissez-vous porter par les mélodies des trombones, tubas, trompettes et saxophones. Les élèves du Conservatoire du Mans animent une déambulation musicale aux couleurs de Noël. Au programme : chants traditionnels, musiques de films emblématiques et créations originales. Un instant enchanteur à savourer en famille ou entre amis, pour plonger dans la féérie des fêtes !



Sam. 21 décembre
à partir de 14h
Départ place de la République
Jusqu'à 18h
Gratuit

60' AVEC BACH

Mélodies solidaires

Venez découvrir le talent du violoniste Liviu Badiu, lors d'un concert intime et émouvant. Cette soirée unique vous invite à un voyage musical dans le répertoire de Jean-Sébastien Bach, marqué par une structure et une précision exceptionnelles, mais aussi par une profonde expressivité. La participation est libre et les fonds récoltés seront reversés à l'association Octavius, qui œuvre pour des causes solidaires.



Dim. 29 décembre à 16h
Temple protestant
16 rue Barbier
06 30 73 07 71
Participation au chapeau au profit de l'association Octavius

VISITES

ENCEINTE ROMAINE

Pierre et histoire

De l'escalier des Pans-de-Gorron à la petite poterne, partez à la découverte de l'enceinte romaine du Mans, candidate au patrimoine mondial de l'UNESCO. Laissez-vous transporter à travers les siècles par les récits passionnants de votre guide, Isabelle Noyer. Une occasion unique d'explorer ce trésor architectural et d'en apprendre davantage sur son histoire exceptionnelle et son inscription dans le patrimoine local et mondial.

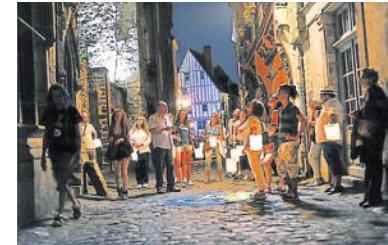


Sam. 21 décembre à 15h45
Départ : Maison du Pilier-Rouge
43 Grande Rue
Billetterie : Maison du Pilier-Rouge et Office de Tourisme
Tarif : à partir de 2€

CITÉ PLANTAGENÊT

Aux lampions !

Laissez les lumières vacillantes de vos lampions envelopper les rues de la Cité Plantagenêt d'une aura mystérieuse, où mythes et réalités se mêlent harmonieusement. Guidés par Isabelle Noyer, explorez les secrets de ce quartier chargé d'histoire et laissez-vous surprendre par des anecdotes captivantes qui donneront vie aux pierres et aux légendes. Une expérience magique à la croisée de l'histoire et de l'imaginaire !



Lun. 23 décembre à 17h30
Départ : Maison du Pilier-Rouge
43 Grande Rue
Billetterie : Maison du Pilier-Rouge et Office de Tourisme
Tarif : à partir de 6€

EXPOSITIONS



CITÉS DE PAPIER

Expo en papier sculpté

Découvrez une exposition fascinante où le découpage et le pliage de papier se transforment en paysages architecturaux uniques. Les artistes Ingrid Siliakus, Mathilde Nivet, Stéphanie Beck, Béatrice Coron et Peter Callesen, renommés pour leur maîtrise singulière, révèlent des sculptures en papier évoquant villes imaginaires, bâtiments emblématiques et compositions abstraites. Entre jeux

de lumière et ombre, ces œuvres délicates subliment l'art du papier en trois dimensions.

Jusqu'au 22 mars, du mar. au ven. de 8h30 à 18h et le sam. de 13h à 18h

La Fabrique - Rêves de Ville

5 bd. Anatole France

02 43 47 46 40

Gratuit



OBJECTIF CRÉATIVITÉ

Zoom sur les talents de l'UTL

Suite au succès de leur exposition en juin 2023 à la salle Courboulay, les membres des « Ateliers photographiques du lundi » de l'Université du Temps Libre du Mans (UTL) préparent une nouvelle exposition. Crée il y a 50 ans, l'UTL réunit plus de 2000 adhérents et propose 120 ateliers dans des domaines variés. L'atelier photo, présent dès l'origine, compte aujourd'hui trois sessions hebdoma-

daires, reflétant l'engouement des participants pour cet art.

Jusqu'au jeu. 2 janvier

Du lun. au ven. (10h-12h et 14h-17h)

ACSAC

**Place des Comtes du Maine
28, av. du Général de Gaulle
Gratuit**

SPECTACLES



INSTABLE

L'art de l'équilibre précaire

Sur un sol instable fait de planches disjointes, Nicolas Fraiseau s'efforce, non sans mal, d'assembler un mât chinois pour y trouver refuge. Entre chutes, luttes et tentatives hasardeuses, Instable transforme la scène en un radeau précaire où chaque geste devient une quête d'équilibre. Avec humour et ingéniosité, il questionne le risque et la fragilité de l'artiste, tout en défiant les lois de la gravité. Une performance aussi

drôle que captivante, où la lutte contre l'instabilité devient un véritable art.

Sam. 21 décembre à 20h30

Le Chapiteau

**6 bv. Winston Churchill
02 43 47 45 54**

**leplongeoir-cirque.fr
Tarif : à partir de 5€**



MONSIEUR ZIG

Cabaret burlesque

Monsieur Zig, clown généreux et attachant, cherche sa voie avec l'aide précieuse de son public. Magicien, mime, ou sculpteur de ballons ? Rien ne semble lui convenir, jusqu'à ce qu'il découvre sa véritable passion : les bulles ! Sculptées, fumées, carrées, ou géantes, elles deviennent le cœur de son spectacle. Dans *Le Cabaret Burlesque de Monsieur Zig*, élu Spectacle Magique de l'Année 2023 (catégorie Jeune Public), il invite

toute la famille à un moment poétique et savonneux, mêlant rêve, humour et émerveillement.

Sam. 21 décembre à 14h30

Les Saulnières

**239 av. Rhin et Danube
msj.world/ofcourselemans/88
06 07 30 41 73**

Tarif : à partir de 10€

CAROLINE MARX

Girl power

Camille et son frère s'apprêtent à vivre une veillée de Noël extraordinaire, lumineuse et pleine de surprises. Mais rien ne les prépare à l'arrivée de Caroline Marx, une marraine de Noël aussi excentrique qu'éblouissante. Entre illusions, mentalisme et quickchange, elle captive petits et grands avec humour et interactivité. Révélée sur TF1 et applaudie à Bobino, Caroline Marx, en tournée avec GirlPower, offre un spectacle familial éblouissant et inoubliable.



Dim. 22 décembre à 14h30

Antarès

**2 av. Antarès
antareslemans.com
Tarif : 26,50€ (adulte)
et 16,50€ (enfant)**

CASSE-NOISETTE

Incontournable

Chef-d'œuvre créé en 1892 au Théâtre Mariinsky de Saint-Pétersbourg, Casse-Noisette est aujourd'hui l'un des ballets les plus joués au monde. Interprété par un orchestre captivant et des danseurs virtuoses, sublimé par des décors et costumes somptueux, ce spectacle émerveillera tout le monde. Une expérience féérique, idéale pour les fêtes de fin d'année !



Jeu. 26 décembre à 20h

Antarès

**2 av. Antarès
antareslemans.com
Tarif : 26,50€ (adulte)
et 16,50€ (enfant)**

VISITES

SECRETS

DES 24 HEURES

Les coulisses

Accompagné d'un guide conférencier, entrez dans l'univers des 24 Heures du Mans ! En famille, entre amis, venez écouter l'histoire de l'automobile et les anecdotes qui ont marqué la course mancelle. La visite guidée du Circuit des 24 Heures du Mans dure 2h et se fait à pied. Elle vous permet de découvrir les coulisses de la course grâce aux anecdotes et aux explications d'un guide conférencier. Vous aurez ainsi accès à des lieux mythiques et privilégiés.



Jeu. 26 décembre à 10h30

Circuit Bugatti

**9 Place Luigi Chinetti
Départ 10h30 pour le musée et à 14h0 pour le circuit
lemans-musee24h.com
Tarif : à partir de 12€**

GARGOUILLES

EN VUE

Sentinelles urbaines

Les gargouilles, œuvres fascinantes des imagiers médiévaux, révèlent des formes étonnantes et parfois intriguantes. Elles ont traversé les siècles, assumant à la fois des fonctions pratiques et symboliques. Lors d'une visite guidée, découvrez leurs multiples visages et leurs mystères. Laissez-vous ensuite inspirer pour modeler votre propre gargouille ! N'oubliez pas vos jumelles si vous en avez, pour observer les détails avec précision.



Ven. 3 janvier à 14h30

Départ de la Maison

**du Pilier Rouge
Billetterie : Maison
du Pilier-Rouge et Office
de Tourisme
Tarif : à partir de 6€ (gratuit pour
les enfants de - de 6 ans)**

ATELIERS



INITIATION AU SWING

Ça va vibrer au Chapiteau !

Préparez-vous à faire vibrer la piste sous le Chapiteau ! Découvrez les bases des différentes danses swing lors d'une initiation animée par l'association Ça Part en Swing. Une ambiance conviviale, un café ouvert et de quoi se régaler sur place : tout est réuni pour une soirée mémorable. Accessible à tous, même aux débutants, et entièrement gratuit, sans inscription nécessaire. Que vous soyez curieux ou

déjà conquis par le swing, laissez-vous emporter par le rythme !

Jeu. 2 janvier à 18h30

Le Chapiteau

6 bd. Winston Churchill
leplongeoir-cirque.fr

Gratuit



EN PISTE !

Découverte du cirque

Un stage conçu pour découvrir le cirque en famille à travers deux séances pleines de surprises. Un moment unique de complicité et de partage, où on s'initie ensemble à l'univers du cirque tout en s'amusant ! Au programme : jonglage, équilibre et acrobaties, adaptés à tous, quel que soit son âge et son niveau. L'occasion idéale de développer la confiance mutuelle et la coordination, tout en laissant place à la créativité

Jeu. 2 et ven. 3 janvier

De 10h à 12h

Un adulte peut accompagner 1 ou 2 enfants âgés de + de 3 ans

Inscription sur place ou par correspondance

Le Chapiteau

6 bd. Winston Churchill

leplongeoir-cirque.fr

Tarif : de 12 à 32€



les
Jacobins
CENTRE COMMERCIAL

DU 14 AU 24 DÉCEMBRE
JOYEUSES FÊTES AUX JACOBINS !

1500€ DE CHÈQUES
CADEAUX À GAGNER !

PRÉSENCE DU PÈRE NOËL LES
21, 22 ET 24 DÉCEMBRE
APRÈS-MIDI

OUVERT EN CONTINU JUSQU'AU 23 DÉCEMBRE DE 10H À 19H
MARDI 24 DÉCEMBRE DE 9H À 17H - MARDI 31 DÉCEMBRE 10H À 18H

* JEU SANS OBLIGATION D'ACHAT, VOIR CONDITIONS AUX BORNES DE JEU

HUMOUR

**FOUAD REEVES****Du trading à la scène**

Il était trader, avec une carrière toute tracée, mais il a tout abandonné pour réaliser son rêve d'enfant : devenir comédien. Autant dire qu'il a grimpé très haut sur l'échelle de la folie ! Entre stand-up, seul-en-scène et improvisations avec le public, Fouad Reeves vous entraîne dans un tourbillon d'humour et de situations hilarantes où tout le monde se reconnaît : les collègues de bureau, le couple, la famille... et

bién sûr, ces rêves d'enfant qu'on n'ose parfois pas suivre. Un spectacle déjanté, sincère et irrésistiblement drôle !

Ven. 20 décembre à 21h
Comédie Le Mans
37 rue Nationale
02 43 23 54 69
16-19.fr

Tarif : à partir de 25€

**ARNAUD COSSON ET CYRIL LEDOUBLÉE****Un con peut en cacher un autre**

Mon premier est breton, mon second normand, et ensemble, ils forment un duo résolument... à l'ouest ! Avec un talent fou, Arnaud et Cyril donnent vie à des personnages hauts en couleur qui transforment les petites banalités du quotidien en éclats de rire irrésistibles. Entre sketches décalés, situations absurdes, chansons inattendues et sorties de route hilarantes, ce duo multi-talents promet

une soirée mémorable, où l'humour ne connaît aucune limite !

Sam. 21 décembre à 21h
Comédie Le Mans
37 rue Nationale
02 43 23 54 69
16-19.fr

Tarif : à partir de 25€

L'ARNAQUEUSE
L'amour déraille !

Une comédie délirante signée Thom Trondel, entre Pretty Woman et Le Dîner de Cons ! Luc, en quête du grand amour, croise la route de Clara, une love coach aussi séduisante que malhonnête. Dîners déjantés, leçons de drague hilarantes, accidents improbables et scènes cultes s'enchaînent dans cette quête romantique pleine de surprises et de rires. Succès incontestable depuis 2019, cette pièce a déjà conquis plus de 100 000 spectateurs, qui en sortent unanimes : c'est tout sauf une arnaque !



Lun. 23, mar. 24, mer. 25, jeu. 26 (20h30), ven. 27, sam. 28 (18h30), dim. 29 décembre (16h30)

Comédie Le Mans
37 rue Nationale
02 43 23 54 69

16-19.fr
Tarif : à partir de 22€

DIDOU
Stand-up

Didou, c'est son surnom (et heureusement, car son vrai nom est déjà pris par un tueur en série). Avec un humour irrésistible, Didou raconte son adaptation à une société en mutation : sa femme « nouvelle génération » qui gagne mieux sa vie que lui, sa mère redécouvrant la liberté après dix ans de célibat, et son fils, qui chamboule tout jusqu'à le pousser à tester... la sylvothérapie. Une vision drôle et décalée des petits et grands bouleversements du quotidien !



Sam. 28 décembre à 21h
Comédie Le Mans
37 rue Nationale
02 43 23 54 69
16-19.fr

Tarif : à partir de 12,50€

À POIL
Ventriloquie

Bastian Karvalo, 19 ans, et son complice José vous présentent leur tout premier spectacle, une mise à nu hilarante et pleine de surprises ! De la boxe à la drague, en passant par les années 80 et la jeunesse d'aujourd'hui, ils revisitent avec humour tous les moments de la vie, le tout saupoudré d'une touche d'amour. Préparez-vous à une soirée décalée et mémorable où humour et ventriloquie font la paire !



Mar. 31 décembre à 18h
Salle des concerts
58 rue du Port
02 43 23 54 69
16-19.fr

Tarif : à partir de 15€

A FRONT RENVERSÉ
Sexe fort ?

Et si les femmes devenaient le sexe fort ? Et si elles rejetaient le mythe du grand amour ? Et si elles voulaient tout, tout de suite, dès le premier soir ? Et si, cette fois, l'homme idéal venait frapper à leur porte ? Et si les hommes se révélaient plus romantiques qu'elles ? Quand la belle ne croit plus au prince charmant, les rôles s'inversent dans une comédie hilarante qui bouscule les clichés et dézingue les idées reçues. Un spectacle à mourir de rire pour conclure l'année en beauté !



Mar. 31 décembre à 20h
Salle des concerts
58 rue du Port
02 43 23 54 69
16-19.fr

Tarif : à partir de 15€



MAGIE DES CONTES POUR NOËL

Dès 3 ans

Dans le cadre de « Le Mans Fête Noël dans les quartiers », Les conteurs du Théâtre du Passeur vous invitent à un voyage enchanté. Au programme : contes, comptines et légendes mêlant la poésie de la nuit, la magie de Noël et les facéties d'animaux malicieux. De belles histoires, connues ou inédites, à partager en famille pour un moment hors du temps. Laissez-vous emporter par la féerie des récits et vivez un Noël plein de rêves et de merveilles !

**Sam. 21 décembre à 10h30
(Nuit de fête, durée : 30 min) et
17h (Cendrillon, durée : 45 min)**
Théâtre du Passeur
88 rue de la Rivière
Rés. obligatoire : 02 43 76 65 82
Gratuit

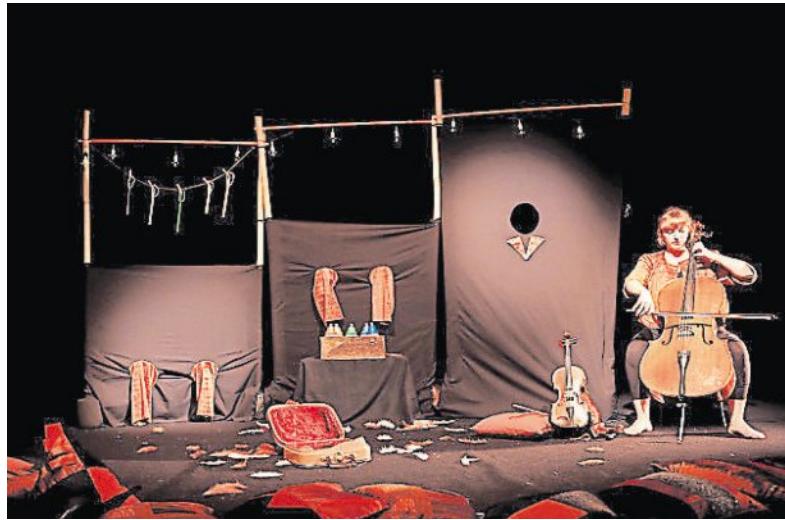
ROCK POUR PETITES OREILLES

Dès 5 ans

Avec sa voix grave et rocailleuse, cet ogre ne fait peur à personne ! Il chante avec humour ses états d'âme de grande personne, souvent bousculé par les questions des plus jeunes. Porté par quatre chanteurs multi-instrumentistes, ce concert à l'énergie rock mêle rythmes entraînants et textes légers pour le plaisir des petites et grandes oreilles. Une expérience musicale drôle et ludique, à mi-chemin entre le Roi des Papas, le Muppets Show et AC/DC !



Dim. 22 décembre à 14h30 et 16h30
Durée : 50 min
Maison de quartier Pierre-Guédon
13 imp. Floréal
Rés. obligatoire : 02 43 85 16 61
Gratuit



UNE DOUCE MÉLODIE SENSORIELLE

À partir de 6 mois

Pas de fièvre ni de boutons ici ! Pieds Mains Bouche fait résonner sons, chants et éclats de rire. Ça titille les oreilles et réchauffe les coeurs, tout en douceur et en surprise. C'est un monde où tout danse, chante et vibre, éveillant les oreilles des petits comme des grands. On y joue, on y rêve, et on se laisse emporter par cette joyeuse symphonie. Une invitation à créer et sentir : et toi, que fais-tu avec tes pieds, tes mains et ta bouche ?

DÉAMBULATIONS EN CENTRE-VILLE

En famille

Le Mans fête Noël en centre-ville ! Laissez-vous emporter par l'énergie festive du Pigswana Orchestra de Noël ! La fanfare des Gipsy Pigs animera les rues avec deux déambulations pleines de musique et de bonne humeur. Un spectacle joyeux et chaleureux qui émerveille les enfants et fait rire les parents... et inversement !



Dim. 22 décembre entre 15h et 17h45
Départs autour de la place de la République
Gratuit

Pil' Vite

Des idées cadeaux : montres hommes femmes, enfants, réveils, pendules, stations météo, bracelets de montre, maroquinerie, bijoux fantaisie.

RÉPARATION
TOUTES MARQUES,
VENTE ET POSE
DE PILES,
CLÉS MINUTES,
DUPLICATION
CLES DE VOITURES



Marques
• CERTUS • GO • INOTIME
• CASIO • WATCH APPEN
• PATROUILLE DE FRANCE
• TRINQUET



Centre Sud Galerie commerciale
257 Av. Georges durand • LE MANS • 02 43 72 12 53
RCS Le Mans 823 337 399

PIL'VITE
La pôle que vous cherchez est ici !

L'ECLAT
DU VERRE
ENCADREUR CRÉATEUR



- ENCADREMENT SUR-MESURE
- ENCADREMENT PRÊT-À-POSER
- OBJETS DÉCO
- AFFICHES DE CINÉMA

*Nous vous accompagnons
dans vos projets d'encadrement*

www.eclatdeverre.com

Parking client gratuit :
Accès au 2 rue des Cochereaux

7 avenue Louis Cordelet, LE MANS 02 43 24 27 81



FABULEUSE HISTOIRE DU BONBON'HEUR

À partir de 5 ans

Du haut de ses 10 ans, Charlotte n'est pas venue acheter des beringots, mais plutôt se réfugier pour échapper à ses camarades de classe. Paul-André et Charlotte que tout oppose, n'auront pas le choix que d'accepter l'aide d'une grand-mère farfelue avec des pouvoirs presque magiques pour les sortir du pétrin. Dans ce conte coloré et sucré, le choc générationnel, leurs différences et la magie de noël

pourront-t-ils les aider à trouver la recette du bonheur ?

Dim. 22 (14h, 17h & 19h), lun. 23 (14h, 17h & 19h), mar. 24 (14h), jeu. 26 (14h, 17h & 19h), ven. 27 (14h, 17h & 19h) et sam. 28 décembre (14h, 17h & 19h)

Le Patis

**38 rue d'Eichthal
cabaretlepatis.fr**

Tarif : -12 ans : 9€ / adulte : 12€

LES ANIMAUX DU MUSÉE

Dès 8 ans

Dans cette visite, il sera question d'animaux sauvages et domestiques, d'histoire et de science naturaliste. Vous croiserez un loup, un ours, un cerf, Pénélope l'antilope, des oiseaux majestueux et peut-être même une corne de licorne... Venez rencontrer tous ces animaux qui, trop longtemps enfermés dans les réserves, ont eu envie de découvrir de nouveaux horizons au musée Jean-Claude-Boulard - Carré Plantagenêt.



Mar. 24 et jeu. 26 décembre

à 14h30

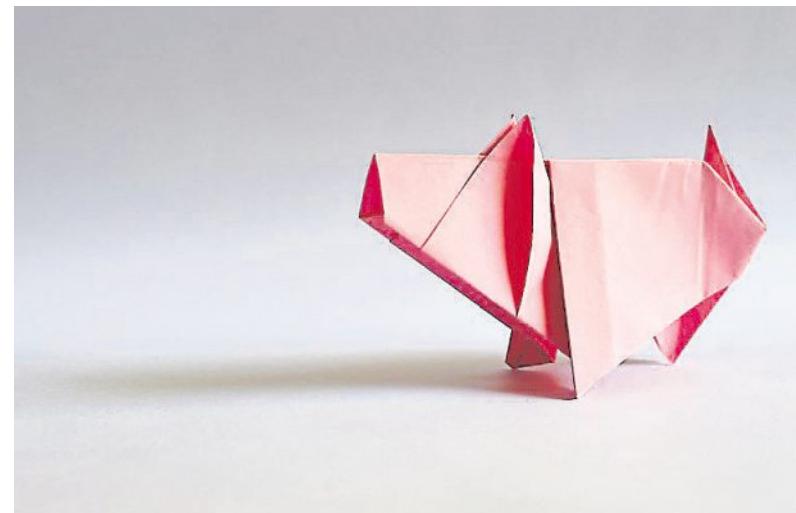
Musée J.-C. Boulard - Carré

Plantagenêt

02 43 47 46 45

lemans.fr/musees

Tarif : à partir de 4€



NOËL CRÉATIF AU MUSÉE

Dès 5 ans

Lumineux et accessible, le foyer du musée est un lieu d'accueil, de découverte et de détente ouvert à toutes et tous avant ou après votre visite. En famille, créez des animaux en papier avec l'aide d'une médiatrice culturelle et laissez libre cours à votre créativité. D'autres activités en accès libre vous attendent pour patienter avant la veillée de Noël : Tangram, Kapla, jeux de société... Un mo-

ment ludique et convivial pour petits et grands !

Mar. 24 décembre à 14h

Musée J.-C. Boulard - Carré

Plantagenêt

02 43 47 46 45

lemans.fr/musees

Gratuit dans la limite des places disponibles



UN NOËL FAIT MAIN

À partir de 7 ans

Plongez dans l'esprit des fêtes à l'Abbaye Royale de l'Épau avec un atelier créatif spécial Noël ! En famille, réalisez de jolies décos faites main pour embellir votre maison et partager un moment convivial. Une expérience créative et festive qui ravira petits et grands. À partir de 7 ans, accompagné d'un adulte.

Jeu. 26 décembre à 15h

Abbaye Royale de l'Épau

Route de Changé

Rés. obligatoire : 02 43 84 22 29

Tarif : droit d'entrée à l'abbaye + 2€ par enfant

La lecture c'est comme une boîte de chocolats,
on ne sait jamais sur quoi on va tomber !

**Pour Noël, des conseils... à votre goût
avec la librairie Thuard !**

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé - www.mangerbouger.fr

LIBRAIRIE THUARD

24, rue de l'étoile
72000 LE MANS

Du lundi au samedi

de 9h à 19h

02 43 82 22 22

info@thuard.fr

Je découvre la
sélection sur :

www.librairiethuard.fr





PETITS EXPLORATEURS DE LA NATURE

Dès 3 ans

Suivez les premiers pas d'un renardeau, d'un poulain, d'un ourson et d'un éléphant au travers des histoires tendres et colorées, où chaque découverte est une aventure. Ces récits pleins de douceur invitent les plus jeunes à explorer le monde avec curiosité et émerveillement. Un programme idéal pour une première expérience au cinéma, suivi d'une visite ludique de l'exposition « Les animaux s'emparent du musée » au musée Jean-Claude-Boulard – Carré Plantagenêt. Un

moment poétique à partager en famille, entre rêve et découverte.

Ven. 27 décembre à 10h
Projection au cinéma Les Cinéastes suivie d'une visite au musée à 11h15.
Musée J.-C. Boulard - Carré Plantagenêt
02 43 47 46 45
lemans.fr/musees
Tarif unique : 6€



LA MUSIQUE POUR OUBLIER LE FROID

À partir de 4 ans

Quand l'hiver s'installe, quoi de mieux que la musique pour réchauffer les coeurs et faire fondre la grisaille ? Laissez la magie des notes vous envelopper et oubliez le froid le temps d'un instant. Applaudissez, dansez et partagez un moment de chaleur humaine en famille ou entre amis. Parce que la musique n'a pas de saison, elle réchauffe bien plus que les mains : elle touche l'âme et rassemble les gens. Préparez-vous

à une expérience musicale où la bonne humeur est garantie, même par temps glacé !

Ven. 27 décembre à 10h30
Médiathèque Aragon
54 Rue du Port
Durée : 1h
Sur rés. au 02 43 47 48 81
Gratuit

CONTE DE NOËL POUR TOUT PETITS

Dès 2 ans

Pour être sûre que sa lettre arrive à temps, elle décide de l'amener elle-même au Père Noël. Munie de sa valise magique, elle se lance dans un voyage extraordinaire jusqu'au Pôle Nord. Mais rien ne se passe comme prévu : le chemin est rempli d'aventures inattendues et de rencontres surprenantes. Entre défis et émerveillements, chaque étape devient une leçon de courage et d'amitié.



Du sam. 28 au lun. 30 décembre et du jeu. 2 au sam. 4 janvier à 11h
Durée : 50 min
Comédie Le mans
37 rue nationale
16-19.fr
Tarif : à partir de 16€

LE JEUDI C'EST CINÉ !

À partir de 6 ans

Plongez dans l'univers du cinéma avec une projection surprise, où mystère et magie se rencontrent pour émerveiller petits et grands. Après le film, prolongez le plaisir avec un moment ludique autour d'une sélection de jeux de société thématiques. Une expérience conviviale à partager en famille, entre rires et découvertes. Laissez-vous surprendre et vivez une aventure où l'imagination prend vie à chaque instant !



Jeu. 2 janvier à 14h30
Médiathèque Aragon
54 Rue du Port
Durée : 2h
Entrée libre sous réserve des places disponibles
Gratuit

Garantie Main d'œuvre de 12 mois minimum

LM INFORMATIQUE
 pour les Pros et Particuliers

Informatique Alarme/Caméra Jeu Vidéo Site Web/App CyberSécurité

Votre pc est lent ?

Ne le jetez pas ! Redonnez une seconde vie à votre ordinateur dans notre atelier agréé multimarque, il sera aussi rapide que les ordinateurs récents. Fiabilité assurée à moindre coût !

54 avenue de la Libération • LE MANS 07 58 47 54 52
www.lm-informatique.com

VIENS JUMPER PENDANT LES VACANCES

1400 M² DE FUN

OUVERT 7J/7 10H00-20H00

37 RUE ETTORE BUGATTI
 72650 LA CHAPELLE-SAINT-AUBIN

TRAMPOLINE PARK LE MANS

www.trampolinepark-lemans.fr

À LA RECHERCHE DES POMMES DE PINS À partir de 7 ans

Plongez dans une aventure palpitante à travers l'Abbaye Royale de l'Épau en partant à la recherche de pommes de pin cachées dans ses recoins mystérieux. Cette exploration hivernale mêle découverte, jeu et esprit d'équipe. Surprise à la clé : une récompense spéciale pour bien commencer la nouvelle année ! À partir de 7 ans, accompagné d'un adulte.



Jeu. 2 janvier à 11h
Abbaye Royale de l'Épau
Route de Changé
epau.sarthe.fr
Tarif : droit d'entrée à l'abbaye + 2€ par enfant

JOUEZ À L'HEURE D'HIVER En famille

Plongez dans l'univers des jeux de société soigneusement sélectionnés par les ludothécaires de Planet'Jeux, sur le thème de l'hiver. Que vous soyez stratège, créatif ou amateur de jeux coopératifs, il y en aura pour tous les goûts ! Un moment convivial à partager en famille ou entre amis, pour petits et grands, autour de parties animées et de fous rires garantis.



Ven. 3 janvier à 15h30
Médiathèque Aragon
54 rue du Port
Gratuit

LECTURES POUR PETITS ET GRANDS De 3 à 6 ans

Offrez-vous un moment de détente autour de lectures pour toute la famille. Histoires douces, contes magiques ou récits d'aventure, il y en aura pour tous les goûts ! Laissez-vous transporter par des récits envoûtants et partagez un instant complice en famille. Une bulle de douceur parfaite pour éveiller l'imaginaire et nourrir la curiosité des plus jeunes.



Ven. 3 janvier à 10h30
Durée : 30 mn
Médiathèque Aragon
54 rue du Port
Gratuit

COÂ COÂ, LA FÊTE À LA GRENOUILLE 0-4 ans

Plongez dans l'univers joyeux des grenouilles avec histoires, comptines et jeux de doigts animés par les bibliothécaires. Rires et émerveillement garantis pour les tout-petits ! Un moment tendre et ludique à partager en famille, où les petites mains s'animent au rythme des aventures des grenouilles. Laissez-vous emporter par la magie des mots et des gestes dans un univers plein de malice et de poésie !



Mer. 8 janvier à 10h15
Durée : 20 min
Médiathèque Aragon
54 rue du Port
Gratuit sur réservation au 02 43 47 48 81

FESTIVAL

LA MAGIE DE NOËL AU CINÉMA Jeune public

Le cinéma Les Cinéastes organise sa 7^e édition du festival jeune public « La magie de Noël au cinéma ». Avec une sélection de films à voir en famille, les vacances promettent d'être riches en poésie, humour et animations.

Programme venu du froid

Vous plongerez ainsi dans l'univers féérique du cinéma avec un programme de courts-métrages venu du froid. Les plus jeunes découvriront *Il faut sauver Noël*, *Le grand Noël des animaux* ou encore *Tony, Shelly et la lumière magique*, des classiques enchantés qui feront le bonheur des petits cinéphiles.

Légendes russes

Pour une touche d'originalité, *Marcel le Père Noël* revisite avec humour et modernité les contes de Noël traditionnels, tandis que *Le Conte des contes*, chef-d'œuvre poétique du maître de l'animation Youri Norstein, nous transporte dans les légendes russes.



une fable écologique captivante avec *Le Robot Sauvage*, qui raconte l'aventure extraordinaire de l'unité ROZZUM 7134, alias « Roz ».

Graines d'images Junior

Autre temps fort : les films marquants du Festival Graines d'images Junior, dont *Sauvages* de Claude Barras (réalisateur de *Ma vie de Courgette*). Et pour les amoureux des félin, retrouvez le tendre *Mac Pat le chat chanteur* et l'espionne *Anzu, le chat-fantôme*. Au programme également : Ciné-Musée, Ciné-Goûter et de nombreuses animations organisées en partenariat avec le tissu associatif et culturel local.

Du sam. 21 décembre au dim. 5 janvier
Cinéma Les Cinéastes
42 place des Comtes du Maine
Programme : les-cineastes.fr
Tarif : 5€

Les plus grands embarqueront dans



MUSAFA : LE ROI LION

Animation

Rafiki raconte à Kiara, la fille de Simba et Nala, la légende de Mufasa. Aidé par Timon et Pumbaa, il narre l'histoire d'un lionceau orphelin, solitaire et perdu, qui croise un jour la route de Taka, héritier d'une lignée royale. Leur rencontre marque le début d'un périple mouvementé, réunissant un groupe d'« indésirables » en quête de leur destinée.

De Barry Jenkins
Tahar Rahim, Aaron Pierre, Gwendal Marimoutou
Durée : 1h58
Sortie le 18 décembre



SARAH BERNHARDT

Biopic

Paris, 1896. Sarah Bernhardt règne au sommet de sa gloire. Icône de son époque et première star mondiale, elle incarne une femme libre et audacieuse, défiant les conventions avec passion. Plongez dans l'intimité de celle qui, bien au-delà de la scène, a marqué son siècle par son amour de la vie et sa modernité visionnaire.

De Guillaume Nicloux
Avec Sandrine Kiberlain, Laurent Lafitte, Amira Casar
Durée : 1h38
Sortie le 18 décembre



LES CADEAUX

Comédie

Les cadeaux... Pour certains, ils sont une attente excitante, pour d'autres, une source de stress ou même d'oubli. À deux jours de Noël, chez les Stain, l'effervescence bat son plein : les idées fusent, mais elles sont loin d'être toutes lumineuses. Et si, cette année, le pire des cadeaux était encore à venir ?

De Raphaële Moussafir
Avec Chantal Lauby, Gérard Darmon, Camille Lellouche
Durée : 1h36
Sortie le 25 décembre

JOLI JOLI

Comédie musicale

Des rues de Paris aux piazzas de Rome dans les années 70, le destin d'un écrivain sans le sou croise celui d'une étoile montante du cinéma. Leur histoire d'amour, pleine de promesses, se heurte à un tourbillon d'embûches, de quiproquos et de rebondissements. Une comédie musicale pétillante, où romance et éclat s'entrelacent dans un décor rétro envoûtant !

De Diastème
Avec Clara Luciani, José Garcia, William Lebghil
Durée : 1h56
Sortie le 25 décembre

L'AMOUR AU PRÉSENT

Romance

La vie d'Almut et Tobias bascule à jamais lorsqu'une rencontre inattendue les rapproche. Une romance poignante qui explore ces instants fugaces capables de tout transformer, et ceux qui forgent silencieusement ce que nous sommes. Entre espoir et résilience, leur histoire nous rappelle que chaque rencontre peut réécrire notre destin.

De John Crowley
Avec Andrew Garfield, Florence Pugh, Adam James
Durée : 1h48
Sortie le 1^{er} janvier 2025

UN OURS DANS LE JURA

Comédie

Michel et Cathy, un couple usé par le temps et les difficultés financières, ne se parle plus vraiment. Jusqu'au jour où Michel, pour éviter un ours sur la route, heurte une voiture et tue les deux occupants. 2 morts et 2 millions en billets usagés dans le coffre, forcément, ça donne envie de se reparler. Et surtout de se taire.

De Franck Dubosc
Avec Laure Calamy, Franck Dubosc, Benoît Poelvoorde
Durée : 1h52
Sortie le 1^{er} janvier 2025

ALIA TRABUCCO ZERÁN



Propre

PRIX FEMINA ÉTRANGER

EDITIONS
Robert Laffont

PROPRE

ALIA TRABUCCO ZERÁN

Le monologue d'une domestique qui retrace, dans un récit lucide, impitoyable et brutal, les étapes menant au drame qui fera s'effondrer le décor d'une vie « propre ». On dit que l'habit ne fait pas le moine. L'adage se confirme une nouvelle fois en plongeant dans ce livre qui cache bien son jeu... pour notre plus grand plaisir ! Derrière le rose poudré de la couverture se cachent en effet tous les mécanismes les plus noirs de l'âme humaine. Une maxi pépite impossible à lâcher avant la fin !

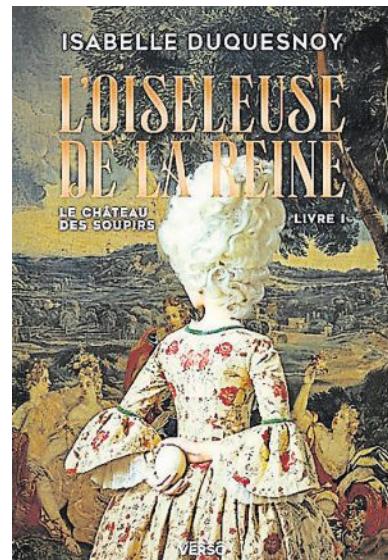
Robert Laffont, 20.90€

L'OISELEUSE DE LA REINE

Isabelle Duquesnoy

Liselotte, forcée d'épouser le vieux barbon et baron Casimir de Beaupré, trouve du bonheur et du succès dans l'élevage d'oiseaux. Marie-Antoinette elle-même se fourni chez elle pour ses plumes d'apparat. Mais la colère gronde en France et l'ordre établi semble vaciller. Avec sa plume mordante et entraînante, Isabelle Duquesnoy nous propose un premier tome passionnant. On attend la suite avec impatience !

Verso 21.90€

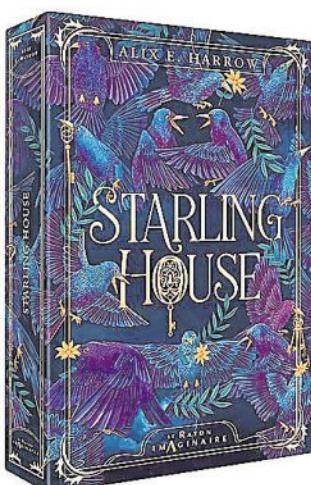


STARLING HOUSE

Alix E. Harrow

Opale et son frère Jasper se débrouillent sans autre famille qu'eux-mêmes sur qui compter. Jusqu'au jour où Opale pénètre la plus intriguante des propriétés de la ville d'Eden et remonte peu à peu le fil de son histoire et les racines d'événements jusqu'alors inexpliqués. Alix Harrow puise dans nos imaginaires collectifs et dans la littérature des mondes miroirs afin de nous mener de main de maître dans un labyrinthe de secrets et d'émotions dont Starling House n'est que l'antichambre.

Hachette 25€

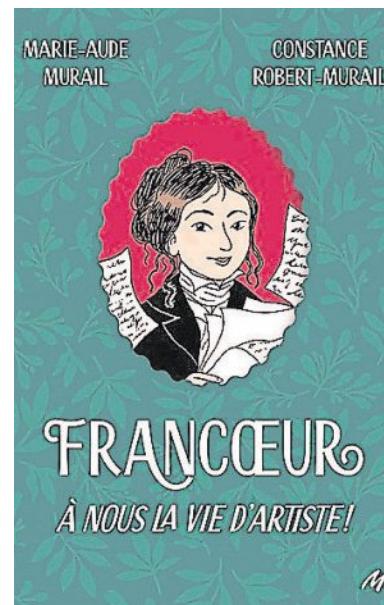


FRANCOEUR

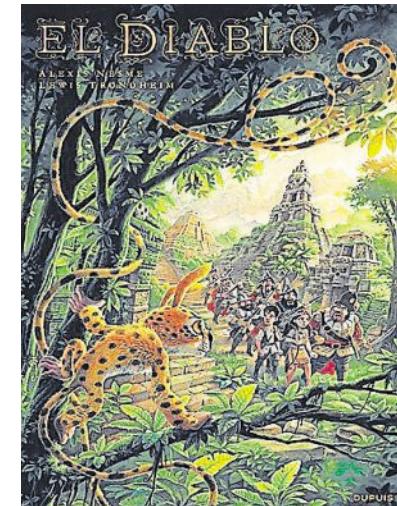
Marie-Aude Murail

Enorme coup de cœur ! Découvrez la vie d'Anna Dupin, célèbre écrivain sous le nom de Francoeur au 19^e siècle. A travers ses lettres, Anna raconte son enfance ainsi que celle de ses frères et sœurs. Sur fond historique et artistique, ce roman nous transporte et nous prend en otage tellement il est génial ! Une lecture plaisir qui ne donne qu'une envie : rencontrer toute la fratrie Dupin !

École des loisirs 19€



La librairie Thuard, établie en 1987, offre, grâce à ses 1 000 m², une grande variété de livres immédiatement disponibles en magasin. Anne-Sophie Thuard, directrice, s'efforce constamment d'offrir les meilleurs services à ses clients, incluant des conseils de qualité. Toujours à l'écoute de l'actualité culturelle nationale et locale, une soixantaine de rencontres sont organisées chaque année.



EL DIABOLO

Lewis Trondheim

Une grande aventure palpitante au temps des Conquistadors portée par des dessins d'aquarelle de toute beauté où l'on retrouve l'ancêtre du Marsupilami qui n'a perdu ni de son mystère ni de son agilité. Une histoire du Marsu mordante comme un piranha, imaginée par Lewis Trondheim et splendidelement mise en image en couleur directe par Alexis Nesme !

Dupuis 17.95€

Librairie Thuard

Ouvert du lun. au sam.

de 9h à 19h

librairietuard.fr

Qui es-tu Père Noël ?

Il y a les récits enchantés du Père Noël, ceux que l'on chuchote aux enfants émerveillés lorsqu'ils demandent : « Le Père Noël existe-t-il vraiment ? ». Et puis, il y a les histoires qui traversent les âges, précieuses héritières de traditions anciennes. Parmi elles, celle de Nicolas de Myre, souvent présenté comme « l'authentique Père Noël ». Mais comment ce personnage historique a-t-il inspiré le grand bonhomme rouge et blanc que nous connaissons aujourd'hui ? On vous raconte !



L'origine du Père Noël

Le Père Noël trouve ses origines il y a environ 1700 ans, sous les traits de Nicolas de Myre, un évêque prospère de Turquie connu pour sa générosité. La nuit, il avait pour habitude de distribuer discrètement des cadeaux et de la nourriture aux plus démunis. Après sa canonisation, à une époque où l'Église cherchait à remplacer les figures des fêtes païennes par des saints chrétiens, la Saint-Nicolas, célébrée le 6 décembre, devint une fête religieuse largement populaire dans de nombreux pays. Cependant, la Réforme protestante du 16^e siècle fit disparaître cette célébration dans plusieurs régions d'Europe. Les Hollandais, eux, adaptèrent la tradition en donnant naissance à Sinter Klaas, un personnage semi-laïc qui continua de distribuer des jouets aux enfants.

Santa Claus aux États-Unis

Lorsque les premiers immigrants hollandais posent pied sur le sol américain, ils emportent avec eux leurs traditions, et « Sinter Klaas » évolue rapidement pour devenir Santa Claus. En 1821, Clement Clarke Moore, un pasteur américain, enrichit cette figure en publiant un conte de Noël pour enfants intitulé *The Night Before Christmas*. Dans cette histoire, Saint-Nicolas prend les traits d'un lutin jovial, dodu et bienveillant. Il est décrit comme voyageant dans un traîneau volant tiré par des rennes pour distribuer des cadeaux aux enfants sages. Ce traîneau, emblématique, ne sera illuminé par Rudolf, le petit renne au nez rouge, qu'à partir de 1939. Ce récit, traduit et diffusé à travers le monde, marque un tournant. Il établit les bases du mythe moderne du Père Noël, désormais attendu la veille de Noël,

renforçant ainsi son rôle de messager de la magie et de la générosité des fêtes.

Quelle est l'origine du costume du Père Noël ?

En 1863, le dessinateur Thomas Nast immortalise Santa Claus dans une illustration publiée dans *Harper's Illustrated Weekly*. Il y apparaît vêtu d'un costume bordé de fourrure blanche, serré à la taille par un large ceinturon de cuir. Pendant près de trente ans, Nast enrichit de ses dessins l'imaginaire autour de Santa Claus, le dépeignant comme un petit homme rond, vêtu d'une houppelande de fourrure et fumant une pipe. C'est également à lui que l'on doit, en 1885, la fixation de la résidence du Père Noël au Pôle Nord, un détail désormais indissociable du personnage.

« Au fil des représentations, il s'est aussi habillé de jaune, de vert, et même d'autres teintes »

Pourtant, le Père Noël n'a pas toujours porté son iconique costume rouge. Au fil des représentations, il s'est aussi habillé de jaune, de vert, et même d'autres teintes. En 1864, dans une illustration accompagnant le poème *A Visit from St. Nicholas* attribué à Clement Clarke Moore, il arbore un costume jaune éclatant. Plus tard, en 1902, L. Frank Baum, auteur de *The Life and Adventures of Santa Claus*, l'imagine vêtu de vert avec des bottes rouges. En Grande-Bretagne, les représentations du Père Noël conservent une forte empreinte des traditions païennes. Il y apparaît parfois enveloppé d'une cape à capuche verte, coiffé d'une couronne de gui, de lierre et de houx, soulignant ainsi ses liens anciens avec les festivités hivernales et la célébration de la nature. Ces

variations témoignent de l'évolution d'un personnage façonné par les époques et les cultures.

La symbolique du Père Noël vert, du Secours populaire

En France, le Père Noël est également devenu un symbole solidaire grâce au Secours populaire. Depuis 1976, à chaque fin d'année, l'association, incarnée par le chaleureux « Père Noël vert », s'engage à soutenir les familles en difficulté. Son objectif : permettre à tous les enfants de recevoir des jouets, des livres et d'autres présents empreints de la magie de Noël. Ces cadeaux sont rendus possibles grâce aux collectes de fonds, aux parades organisées par l'association, et à la générosité de nombreux donateurs. Une tradition solidaire qui, chaque année, illumine les fêtes de Noël pour des milliers de familles.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'image du Père Noël tel que nous le connaissons aujourd'hui doit beaucoup à Coca-Cola, qui, dans les années 1930, a contribué à façonner son visage moderne. À cette époque, l'artiste Haddon Sundblom, engagé par la marque, réalise une série d'illustrations pour ses campagnes hivernales. Il y dépeint un Père Noël joyeux, revêtu d'un manteau rouge orné de fourrure blanche, au sourire bienveillant et à la silhouette généreuse. Ce personnage, conçu pour incarner la convivialité et la magie des fêtes, s'installe alors durablement dans l'imaginaire collectif mondial. Si Coca-Cola n'a pas inventé le Père Noël rouge et blanc, ses publicités ont joué un rôle décisif dans la diffusion de cette image, faisant de lui l'icône festive par excellence.



© AdobeStock



© AdobeStock



© AdobeStock

De la ferme au panier : le modèle solidaire de l'AMAP Souvré-Vous !

À mi-chemin entre agriculture et culture, l'association Souvré-Vous ! propose un modèle alternatif : soutenir les fermes locales tout en sensibilisant les consommateurs à une alimentation responsable. Rencontre avec Laurent, bénévole au sein de cette AMAP qui a noué un partenariat avec le Chapiteau du Plongeoir pour distribuer des paniers de légumes biologiques cultivés en Sarthe.

« Un partenariat entre des consommateurs et une ou plusieurs fermes locales »

Pouvez-vous nous présenter et nous parler de l'association Souvré-Vous ?

Je suis bénévole au sein de l'association Souvré-Vous ! fondée en 2022 par la céramiste Julie Castagné. Mon rôle consiste à aider à développer nos activités, à faire connaître l'association et à soutenir les producteurs avec lesquels nous travaillons.

Qu'est-ce qu'une AMAP, et comment fonctionne-t-elle concrètement ?

Une AMAP, dont le sigle signifie Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne, est un partenariat solidaire entre un groupe de consommateurs et une ou plusieurs fermes locales engagées dans des pratiques biologiques. Ce système repose sur la distribution de paniers composés des produits frais et de saison issus de ces exploitations. Concrètement, les membres de l'AMAP, appelés « AMAPiens », s'engagent à acheter ces paniers de manière régulière, établissant ainsi une relation de confiance avec les cultivateurs.

Pour eux, l'AMAP garantit une stabilité financière et le maintien de

leur activité grâce à une rémunération équitable. Pour les consommateurs, c'est la garantie d'accéder à des denrées cultivées dans des conditions respectueuses de l'environnement, tout en soutenant une agriculture éthique et durable.

Comment se déroule la gestion des commandes et la distribution des paniers ?

Très simplement. Les « AMAPiens » passent leurs commandes via la boutique en ligne de l'association. Chaque semaine ou tous les 15 jours, les cultivateurs y indiquent les variétés et quantités disponibles, permettant ainsi à chaque membre de composer son panier en fonction de ses besoins et de son budget, avec des forfaits à partir de 10, 15 ou 20 euros minimum.

« Les produits sont livrés en vrac au point de dépôt situé au Plongeoir au Mans »

Une fois la commande validée, les « AMAPiens » reçoivent une confirmation par e-mail. Les produits sont ensuite livrés en vrac au point de dépôt situé au Plongeoir, au Mans. Les membres récupèrent leurs produits dans le hall, où ils composent eux-mêmes leur panier à partir de leur commande. Pour accompagner

les nouveaux adhérents ou résoudre d'éventuelles difficultés, une personne est présente sur place pour les guider.

Quels sont les producteurs avec lesquels vous travaillez ?

Pour les légumes, nos principaux partenaires sont Les Jardins de Souvré et Éloïse de Beaucourt, de la Ferme de Moncésière, située à Coulans-sur-Gée. Pour les fruits, nous recevons des pommes d'Yves Hennequin, de la Ferme Saint-Fray à La Chapelle-Saint-Fray, et du jus de pomme élaboré par Yves-Marie et Joseph Dubois. Notre réseau inclut aussi des producteurs spécialisés : Morgane Jouy, à Mézières-sous-Lavardin, ainsi que Nelly Choplain, de la Ferme Broussailles, préparent des tisanes artisanales, et nous collaborons avec des apiculteurs locaux pour du miel. Souvré-vous ! a démarré en se focalisant sur les légumes, maintenant, nous essayons d'élargir la gamme à d'autres produits.

Souvré-vous ! a aussi une forte dimension culturelle...

L'association promeut en effet une démarche originale qu'elle qualifie d'« agriculturelle », mêlant agriculture et culture pour reconnecter les individus à leur environnement naturel. Nous organisons ainsi des animations nature en collaboration avec le Centre

« L'association promeut une démarche originale qu'elle qualifie d'agriculturelle »

Social des Quartiers Sud. Ces activités ont lieu dans un gîte loué par l'association, entouré de jardins. Les familles ou groupes y participent à des ateliers pratiques : ils cueillent des légumes dans les jardins, les cuisinent ensemble dans le gîte, puis partagent un repas convivial avant de rentrer au Mans. Cela permet aux participants de sortir de leur quotidien, tout en valorisant le lien avec la nature et le travail collectif.

Comment faire pour obtenir des paniers ?

Inscrivez-vous à l'AMAP en envoyant un e-mail à l'adresse souvre.vous@gmail.com. Vous recevrez ensuite toutes les informations, les règles et le bulletin d'inscription. Une fois inscrit, vous pourrez accéder à la boutique en ligne et passer commande. Vous recevrez alors un bon de commande par mail, que vous présenterez au moment de récupérer votre panier, au Chapiteau du Plongeoir, le jeudi, à partir de 17h30.

« L'objectif est donc de repenser notre manière de consommer »

En quoi relocaliser l'alimentation peut-il répondre aux enjeux environnementaux et sociaux actuels ?

Aujourd'hui, une grande partie des produits vendus en supermarché ne viennent ni de notre région ni même de notre pays. Cela a un double impact : environnemental, à cause des longs trajets nécessaires pour acheminer ces denrées, et social, car certaines productions dans d'autres pays sont liées à des conditions de travail précaires. Modestement, notre association cherche à offrir une alternative en permettant à ceux qui ont conscience de ces enjeux de privilégier des produits locaux, issus de l'agriculture biologique.

Ces produits ne sont-ils pas plus chers que ceux de la grande distribution ?

Il est vrai qu'ils affichent souvent un prix plus élevé, mais cela reflète leur qualité et leur mode de production. Ils proviennent généralement d'exploitations à taille humaine, où le travail manuel reste prédominant et où les travailleurs bénéficient d'une rémunération équitable. À l'opposé, les produits industriels, bien moins savoureux, comme les tomates d'Al-

méria cultivées sous 33 000 hectares de serres plastiques dans un désert, tirent profit des économies d'échelle pour réduire leurs coûts.

Choisir des circuits courts et des produits locaux, c'est non seulement privilégier la qualité, mais c'est aussi soutenir une agriculture respectueuse de l'environnement et des agriculteurs, tout en contribuant à la préservation des savoir-faire ancrés dans nos territoires. Certes, les petits producteurs ne peuvent pas nourrir l'ensemble de la population, mais il est crucial de permettre à chacun de décider comment il consomme et de quelle manière il souhaite dépenser son argent.

« Même avec un budget limité, ces choix sont une question de priorités »

Même avec un budget limité, ces choix sont souvent une question de priorités. Cela passe aussi par une éducation, dès le plus jeune âge, pour sensibiliser les enfants à des bases solides en matière d'alimentation et de consommation responsable.

Pensez-vous que le modèle agricole actuel doit être repensé ?

C'est une nécessité d'autant plus pressante qu'elle résonne avec les défis majeurs de notre époque. D'après le ministère de l'Agriculture, la moitié

des fruits et légumes, frais et transformés, consommés chaque année en France, sont issus de l'importation. Cette concurrence des marchés internationaux met gravement en péril les débouchés des agriculteurs français, accélérant une tendance inquiétante sur le marché intérieur : la disparition des petites exploitations au profit de vastes fermes industrielles, souvent détenues par des investisseurs de l'agro-industrie. Or, l'agriculture à l'échelle industrielle telle que pratiquée au Brésil, bien qu'elle augmente les rendements à court terme, épouse les sols, détruit la biodiversité - voyez la déforestation de l'Amazonie ! - et alimente un cercle vicieux : des terres appauvries nécessitent toujours plus de produits chimiques pour rester artificiellement productives. Parallèlement, le modèle économique basé sur la croissance constante des rendements n'est plus tenable, notamment à cause des aléas climatiques et de la saturation des capacités agricoles. Face à ces enjeux, des initiatives locales, comme les AMAP, jouent un rôle crucial. En soutenant les circuits courts, elles favorisent une agriculture locale, durable et respectueuse de son environnement. Ce modèle contribue aussi à réduire notre dépendance aux importations, un aspect qui pourrait s'avérer vital en cas de crise majeure perturbant les chaînes d'approvisionnement.



Le saviez-vous ?

Un des exemples le plus ancien du concept d'AMAP a émergé dans les années 1960 au Japon. À l'époque, des mères de familles japonaises s'inquiètent de voir l'agriculture s'industrialiser avec un recours massif aux produits chimiques. Ces mères fondent alors en 1965 les premiers teikei (« coopération », « collaboration » ou « partenariat ») qui concernent d'abord des coopératives laitières.

Le principe de fonctionnement est le suivant : en échange de l'achat par souscription de la récolte du paysan, ce dernier s'engage à fournir des aliments cultivés sans produits chimiques.

**LE BONHEUR
A UNE
ADRESSE***

À l'occasion de son ouverture, votre résidence Montana Le Mans vous offre jusqu'à 350€ de remise à vie sur votre loyer pour toute signature avant le 15 décembre 2024 !

*40 RUE PREMARTINE - LE MANS - ACCUEIL.LEMANS@RESIDENCES-MONTANA.COM - RESIDENCES-MONTANA.COM

MONTANA

Cultivez votre jeunesse

**OFFRE OUVERTURE
350€ À VIE**

SUR LE MONTANT DE VOTRE LOYER
POUR LES 20 PREMIÈRES RÉSERVATIONS

02 52 99 14 00

RÉSIDENCE SERVICES SÉNIORS

RESTAURANT

SERVICES À DOMICILE

BALNEO



Air Bleu ULM : le bonheur est dans le ciel

Conçus pour les vols de loisir ou le travail aérien, comme l'observation et les prises de vue, les ULM (Ultra Légers Motorisés) séduisent par leur maniabilité, leurs sensations uniques de liberté et une réglementation plus accessible que celle de l'aviation classique. Multiple Champion inter-régional et Champion de France ULM en 2014 puis 2017, David Morin, aux commandes d'Air Bleu ULM, ouvre les portes de cet univers aux amateurs et aux curieux, tous les jours de la semaine et les weekends durant toute l'année. Rencontre avec un passionné...

Tel un peintre sur son tableau, il a toujours les yeux rivés vers le ciel. Mais, ce matin-là, la météo n'est pas clémence. Un voile gris et une pluie battante figent l'aéroport du Mans dans une torpeur humide. Des conditions qui ont constraint David Morin à repousser sa séance d'instruction au pilotage. Tant pis. Installé dans son bureau d'Air Bleu ULM, il profite de ce répit pour évoquer sa passion pour les « ultra-légers », ces petits aéronefs qui, vus du sol, semblent caresser l'horizon comme des pinceaux sur une toile.

Un coup de foudre aérien

« J'ai grandi près de Mamers, où un terrain d'ULM a été aménagé au milieu des années 80. Un jour, l'instructeur m'a proposé d'embarquer avec lui. Une fois là-haut, à 2 000 mètres d'altitude, au milieu des nuages, j'ai ressenti une sensation de plénitude absolue, une sorte de connexion intime avec l'environnement ». Cette « révélation » allait tracer le fil rouge de son existence. « À 15 ans, j'ai obtenu mon brevet d'ULM pendulaire et suis rapidement devenu instructeur ».

Liberté, flexibilité, polyvalence

Les heures de vol s'accumulent alors pour cet amoureux des grands espaces, séduit par les perspectives d'évasion offertes par des conditions de navigabilité bien moins contraignantes que celles imposées aux avions certifiés. A l'inverse du vol IFR (Instrument Flight Rules), qui s'appuie sur des instruments de bord pour guider l'appareil, les ULM évoluent en

effet selon les règles du VFR (Visual Flight Rules) : tout repose sur l'observation visuelle, et donc sur des conditions météorologiques favorables. « Le vol à vue, c'est l'incarnation même de la liberté. En décollant du Mans, on peut survoler le Mont Saint-Michel en moins d'une heure ou rejoindre Bordeaux en 2h30 », s'enthousiasme le patron d'Air Bleu ULM, intarissable sur les sensations grisantes que procurent cette activité conçue principalement pour les vols de loisir.

Flexibilité incomparable

Car les ULM se distinguent aussi par une flexibilité incomparable. Extrêmement légers, ils peuvent décoller et atterrir sur quelques mètres seulement et sont ainsi autorisés à utiliser des terrains de petite taille ou sommairement aménagés, sans nécessiter le recours aux infrastructures des aérodromes classiques. « Imaginez : vous pouvez vous poser dans le champ d'un ami déjeuner tranquillement avec lui, puis redécoller pour repartir chez vous ou ailleurs ! Cette simplicité, combinée à une polyvalence remarquable, font de l'ULM un aéronef idéal pour profiter pleinement des joies de l'aviation légère. »

Air Bleu ULM : des expériences pour toutes les envies

L'aventure Air Bleu ULM débute en 1993 avec Joël Poulain, instructeur ULM et pilote avions et planeurs. David Morin y officie d'abord comme instructeur tout en poursuivant une carrière d'ingénieur. Lorsque le fondateur, un ami de longue date, décide de passer progressivement la main, il

quitte son travail et reprend l'entreprise pour s'y consacrer à plein temps. Composée aujourd'hui d'instructeurs, d'un pôle mécanique spécialisé dans la maintenance, d'un service accueil, commercial et vente d'ULM, elle totalise près de 1 000 heures de vol par an. Son credo ? La passion, bien sûr, mais aussi la souplesse avec des expériences de vol adaptées à toutes les envies : baptêmes de l'air, école de pilotage, formation professionnelle, et même vols découvertes, permettant aux participants de prendre les commandes de l'appareil, toujours accompagnés d'un instructeur qualifié en double commande. Une immersion totale pour faire le plein de sensations fortes et découvrir le pilotage en le pratiquant réellement !

La structure propose également une « formule Duo » qui séduit les amoureux. À bord de deux autogires distincts (voir p.19), les participants volent en patrouille, chacun accompagné de son pilote, afin de partager le ciel côté à côté, tout en profitant ensemble des paysages survolés. Un moment « magique » pendant lequel ces aventuriers du ciel peuvent découvrir leur maison vue d'en-haut et la filmer ou la photographier sous tous les angles.

Quel appareil choisir ?

Reste la question du choix de l'appareil. Il existe plusieurs types d'ULM, classés en six catégories selon leurs caractéristiques techniques et leurs usages. Chez Air Bleu ULM, les trois principales catégories sont représentées, chacune offrant une approche de vol singulière.



Avec sa cabine ouverte ou fermée, ses deux places en tandem ou côte à côté, l'autogyro est le summum des sensations aériennes. Ses performances en vol, sa maniabilité exceptionnelle et sa précision de pilotage en font une véritable « moto des airs ».

Les pendulaires ouvrent le bal. Composés d'une aile delta semi-rigide et d'un chariot motorisé accroché sous l'aile, ces engins procurent des sensations proches de la glisse. Viennent ensuite les multiaxes, qui ressemblent à des avions de poche. Dotés de commandes classiques et d'une cabine fermée, ils rassurent les novices en quête d'une expérience confortable, proche de l'aviation traditionnelle.

L'autogyro : crème de la crème

Enfin, les autogyros, considérés comme la crème de la crème en matière de sensations, de capacités d'évolutions et de finesse de pilotage. Souvent comparés à des hélicoptères, ils se distinguent par leur rotor libre, pré-lancé avant le décollage, tournant grâce au poids de l'ensemble et à l'air en mouvement. Leur hélice propulsive, motorisée et située à l'arrière, leur permet de prendre de l'altitude et de maintenir celle-ci durant tout le vol. Des « motos des airs », capables de passer d'un vol contemplatif en état stationnaire à des voyages à près de 200 km/h, tout en restant très stables, même par vent soutenu ! *Last but not least*, le rotor étant situé au-dessus de l'appareil, les champs de vision, dégagés à 360°, dévoilent une perspective sans obstacle sur l'horizon.

L'aéroport du Mans : une dynamique locale

Air Bleu ULM s'intègre dans l'écosystème de l'aéroport du Mans, situé à proximité immédiate du circuit Bugatti et accessible via la rocade sud de la ville. Environ 60 personnes y travaillent à plein temps dans diverses entreprises et associations : aéroclubs, écoles de pilotages, compagnies d'hélicoptères, parachutisme, maintenance aéronautique... « C'est une véritable ruche d'activité », explique David Morin, qui préside l'Association des usagers de l'aéroport et s'investit sans relâche pour valoriser cet espace.

« Comment pourrait-il en être autrement ? Depuis 40 ans, ma passion pour le vol ultra léger, pour les rencontres, le partage et la transmission reste intacte. Du lever au couche du soleil, nous sommes chaque jour les témoins privilégiés de la beauté saisissante de la nature qui nous entoure... » Alors que la pluie s'estompe et qu'un rayon de soleil perce les nuages, nous quittons le responsable d'Air Bleu ULM tel que nous l'avons trouvé : prêt à prendre son envol !

Air Bleu ULM

Aéroport du Mans-Arnage

Route d'Angers

02 43 85 57 55



Suspendu sous une aile delta, le pilote d'ULM Pendulaire contrôle l'appareil par déplacement du corps, ressentant chaque mouvement du vent pour une expérience aérienne proche de la glisse.



Les multiaxes ressemblent à des avions de poche. Dotés de commandes classiques et d'une cabine fermée, ils rassurent les novices en quête d'une expérience confortable.

COMMENT ÇA MARCHE UN ULM ?

Lors du décollage, l'hélice propulsée par le moteur génère une poussée suffisante pour que l'ULM atteigne en quelques mètres la vitesse nécessaire à la portance de l'aile. Grâce à sa faible masse, l'appareil décolle rapidement sur de très courtes distances. En vol, le moteur maintient l'altitude souhaitée tandis que les ailes assurent une portance optimale. Le pilote contrôle l'appareil en ajustant l'inclinaison, la direction et la vitesse. Pour l'atterrissement, le moteur est réduit ou coupé, permettant une descente maîtrisée en planant, calmement ou avec sensations, selon les envies. Le toucher des roues est si léger qu'on le perçoit à peine, suivi d'un arrêt en quelques mètres. On adore ! Les yeux et l'esprit sont restés en l'air à 1 000 m ou bien plus haut, tandis qu'une seule envie se ressent une fois touché le sol : recommencer !

Les agrumes : une histoire piquante

De l'orange offerte aux anciens, aux tranches de citron qui accompagnent le saumon fumé sans oublier les clémentines de saison, les agrumes font partie de la tradition chez nous pendant les fêtes de fin d'année. Mais quelle histoire pour en arriver là ?

Origines asiatiques et hybrides à gogo

Tous les agrumes que l'on consomme aujourd'hui, à commencer par les plus communs comme l'orange, la clémentine ou le citron de Menton, nous proviennent uniquement de quatre espèces ancestrales : les cédratiers, les mandariniers, les pamplemoussiers et les *papeda* (dont le représentant le plus connu est le *combava*). L'ensemble de ces ancêtres sont apparus en Asie et en Indonésie. Au fil d'hybridations naturelles ou de croisements d'agrumiculteurs inspirés, tous les autres agrumes cultivés et consommés ont été créés. Pour expliquer cette profusion moderne et compliquer le tout, il faut imaginer que ces hybrides se réhybrident.

Pour illustrer cette originalité, prenons la fameuse clémentine, agrume contemporain dont on attribue la paternité (accidentelle) au moine Clément en Algérie à la fin du 19^e siècle. La clémentine est un croisement entre le mandarinier et l'orange douce. Cette dernière est elle-même un hybride du pamplemoussier et du mandarinier. Pour la petite histoire, il a fallu attendre 2013 et le renfort de la biologie moléculaire pour déterminer l'essence qui avait pollinisé le premier « mandarinier à clémentines » du moine Clément : un oranger. On complique encore ? Le pomelo qu'on trouve sur les étals est un hybride créé à partir de l'orange, hybride de mandarinier et de pamplemoussier donc, avec... le pamplemoussier encore. Le beau citron jaune qui peuple nos cuisines possède un pedigree similaire. Il est le fruit (au sens figuré) d'un cédrat et d'une bigarade. Cette dernière étant un hybride entre le pamplemousse et la mandarine. Ouf !

Bref, les agrumes, surtout ceux issus des pamplemoussiers, des mandariniers et des cédratiers (genre « *Citrus* ») ont de fortes tendances à s'hybrider.

De l'Asie au monde entier...

Sans surprise, ce sont les asiatiques qui remarquent et cultivent ces fruits locaux si particuliers. Ils ignorent alors certainement toute la subtilité des hybridations quand ils découvrent l'hybridation naturelle la plus ancienne et apparue bien avant *Homo sapiens* : l'oranger. Au 1^{er} millénaire avant notre ère, les agrumes, cédrats en tête, atteignent la Méditerranée par le biais vraisemblable d'échanges marchands. La première mention occidentale est attribuée au savant grec Théophraste (-372 -288) bien qu'on ne sache pas où il a eu l'occasion de croiser le cédrat. 300 ans plus tard, il est certain que les agrumes sont bien connus des Romains. Une fresque restaurée de Pompéi montre des citronniers ou cédratiers.

Et pour cause, les agrumes se plaisent particulièrement bien dans le climat méditerranéen. On y trouve les cultures les plus septentrionales au monde d'agrumes comme le citron IGP de Menton. La Méditerranée et les agrumes se sont créées une histoire commune. On l'a vu avec la Clémentine née en Algérie mais la bergamote est aussi un hybride « apparu » vers le 14^e siècle aux alentours de Naples. De l'Europe, un nouvel élan inattendu arrive : ils partent à la conquête des Amériques. Dès 1493, Christophe Colomb lui-même introduit les premiers agrumes dans les Caraïbes. Au gré de la conquête des Amériques, les Européens amènent des limettiers. Ce

sont ces derniers qu'on associe souvent au Mexique ou au Brésil quand on découpe une rondelle de citron vert pour accompagner un alcool fort d'origine américaine (rum, tequila...).

Et dans les Pays de la Loire ?

Les agrumes se cultivent tous dans les zones tropicales et subtropicales (jusqu'aux alentours des 40° de latitude). En France, les citronniers sont les plus téméraires et peuvent être cultivés à grande échelle comme cela a été le cas aux alentours de Menton par le passé. Avec les changements climatiques et les hivers doux, de plus en plus de particuliers s'adonnent à la culture du citron en bord de Loire où la plante s'acclimate de mieux en mieux. Le citron s'accommode bien de froids brefs qui participent à la coloration des fruits mais prenez bien garde de le protéger du vent si on vous en offre un à Noël.

Qui-suis-je ?



François MATHIEU, naturaliste et co-fondateur de quelestcetanimal.com, vous emmène à la découverte de la biodiversité commune des villes, des parcs et des jardins.



(1) Les clémentines de Corse, l'un des 3 agrumes de France possédant un IGP.



(2) Particularité des citronniers : on trouve sur certains arbres les fleurs et les fruits en même temps.



(3) La Maison du Verger Citronnier à Pompei. Les agrumes étaient connus des Romains...

Marché des potiers

20, 21 & 22 décembre



50 céramistes s'exposent
de l'Office de Tourisme à la Place de la Sirène
"Céramica Le Mans"
www.le-pot-de-terre.org

VOS QG



RACONTEZ-NOUS

lemans maville

PARTAGEZ VOS BONS PLANS
RESTOS, SHOPPING, PARCS,
COMMERCES DE PROXIMITÉ...



LE MANS, VOUS L'AIMEZ ?

ÉCRIVEZ-NOUS À

lemansmaville@additi.fr

POUR PEUT ÊTRE ÊTRE PUBLIÉ ET FAIRE LA UNE DE NOTRE RUBRIQUE « VOS PÉPITES » !

Aide le voyageur du temps à passer en 2025 !

Minuit approche, mais l'horloge enchantée du temps s'est arrêtée ! Le Voyageur du Temps a besoin de ton aide pour remettre le temps en marche avant que l'année 2025 ne disparaisse à jamais... Prêt-e à relever le défi ? Suis les étapes ci-dessous et sauve le passage vers la nouvelle année !



Épreuve 1 : La Carte des Souvenirs Perdus

Mission : Retrouver 3 souvenirs marquants de l'année 2024 pour alimenter la mémoire de l'horloge.

Défi : Dessine ou écris 3 souvenirs qui t'ont marqué en 2024. Cela peut être un voyage, une rencontre ou une activité spéciale. Chaque souvenir remplit redonne de l'énergie à l'horloge. Plus ils sont détaillés, mieux c'est ! **Astuce :** Si tu veux rendre ton défi encore plus créatif, fais un collage avec des images ou des dessins.

Épreuve 2 : La Flèche du Futur

Mission : Projeter l'horloge dans 2025 en fixant trois bonnes résolutions.

Défi : Écris ou dessine trois projets ou rêves pour l'année 2025. Par exemple : apprendre quelque chose de nouveau,

aider quelqu'un, créer une œuvre ou partir à l'aventure. Chaque résolution charge la flèche du futur pour la grande traversée !

Épreuve 3 : Le Carillon de Minuit

Mission : Activer le son magique de minuit.

Défi : Fabrique un petit instrument de musique avec des objets recyclés (boîte de conserve, bouchons, élastiques) pour jouer un « carillon de minuit ». Si tu réussis, le passage à 2025 pourra avoir lieu en musique !

Épreuve 4 : La clé du Futur

Mission : Fabrique la Clé du Futur pour sceller le passage vers 2025.

Défi : Découpe la forme d'une clé sur du papier épais et décore-la avec des

couleurs, des mots ou des symboles qui représentent tes espoirs pour 2025.

Épreuve 5 : Le Décodeur Mystérieux

Mission : Trouver le code secret qui permet d'activer le mécanisme de l'horloge.

Défi : Voici lénigme magique à résoudre pour réactiver l'horloge : « Je peux être grand ou petit, Parfois je semble m'arrêter la nuit. On me compte sans me voir, Je file sans un au revoir. Qui suis-je ? »

Félicitations ! Si tu as relevé toutes les épreuves avec succès, le Voyageur du Temps te remercie chaleureusement : 2025 peut enfin débuter, porteuse d'espérance et d'aventures inoubliables. Très belle année à toi !



Pour un challenge encore plus important, envoie tes créations au journal. Les œuvres les plus originales seront mises à l'honneur dans notre édition spéciale « Bonne Année 2025 » !

Adresse postale : 6 Avenue Pierre Mendès France - 72000 LE MANS
Email : lemansmaville@additi.fr
Date limite : 5 janvier 2025



Salle d'escalade, restaurant & bar
ouvert 7j/7

Vertical'Art
Le Mans

30 bd d'Estienne d'Orves,
72100 Le Mans
02 43 88 87 42
lemans@vertical-art.fr

► www.vertical-art.fr



NEVER STOP CLIMBING

*N'arrête jamais de grimper.

Un samedi détox et bien-être

Envie de prendre soin de vous et de lâcher prise le temps d'une journée ? Découvrez notre programme 100 % détente, entre exercices doux, pause gourmande et moments de relaxation. Respirez, relâchez la pression et laissez-vous guider pour un samedi ressourçant.

10h - Petit-déjeuner sain au Café Folk

Entrez au **Café Folk** (1) et régalez-vous d'un granola maison croustillant accompagné de yaourt végétal et de fruits de saison, d'un smoothie plein de vitamines ou encore d'une tartine de pain bio généreusement garnie d'avocat et de graines. Le tout, accompagné d'un café de spécialité ou d'une infusion bien-être, à savourer dans une ambiance chaleureuse et conviviale, idéale pour bien démarrer votre journée détox.



13h - Pause gourmande et végétarienne à L'Épicerie du Pré

Succombez aux assiettes colorées de **L'Épicerie du Pré** (3), où légumes rôtis, céréales et tartes salées célèbrent une cuisine végétarienne inventive, préparée avec des produits frais et de saison. Pour conclure en beauté, laissez-vous séduire par les desserts maison, comme le riz au lait accompagné d'un délicat caramel aux agrumes... Particulièrement réconfortant !



18h - Clap de fin au Palais des Thés

Offrez-vous un moment de sérénité pour terminer la journée au **Palais des Thés** (5), un véritable cocon dédié à la détente et au bien-être. Ici, chaque tasse raconte une histoire : choisissez parmi une sélection raffinée de thés verts, infusions bienfaisantes et mélanges détox aux saveurs délicates. Installez-vous confortablement, laissez les arômes apaiser votre esprit et savourez l'instant présent.



11h - Yoga revitalisant à l'Atelier du Mouvement

Offrez-vous une séance de yoga à **l'Atelier du Mouvement** (2), un espace lumineux et apaisant, idéal pour relâcher les tensions. Guidé par des professeurs passionnés, vous enchaînerez postures et respirations en toute sérénité, pour reconnecter corps et esprit. Que vous soyez débutant ou adepte confirmé, ce moment suspendu vous permettra de retrouver équilibre et énergie, prêt à poursuivre votre journée détox sur une note harmonieuse.



15h - Marche ressourçante à l'Arche de la Nature

Évadez-vous le temps d'une promenade à **l'Arche de la nature** (4), ce véritable havre de verdure situé aux portes du Mans. Depuis l'Abbaye de l'Épau, parcourez les sentiers paisibles, où chaque pas vous rapproche d'une nature préservée. Respirez profondément l'air pur, laissez-vous émerveiller par la richesse de la faune et de la flore, et sentez le stress s'évanouir au fil de votre marche. Profitez de cette parenthèse pour reconnecter avec vous-même, loin des écrans et du tumulte quotidien, et laissez la nature régénérer votre corps et votre esprit.



NOS ADRESSES :

- (1) **Café Folk**
9 rue du Cornet
- (2) **L'Atelier du Mouvement**
5 rue barbier
- (3) **L'Épicerie du Pré**
31 rue du Pré
- (4) **Arche de la Nature**
Route de Changé - Yvré-l'Évêque
- (5) **Palais des Thés**
20 rue de Bolton

Sublimer son système de chauffage

Avec l'arrivée du froid, pourquoi ne pas transformer votre système de chauffage en atout déco ? Radiateurs, poêles ou cheminées peuvent allier confort thermique et style. Voici quelques idées pour conjuguer efficacité et esthétique.

Intégrer son moyen de chauffage dans son intérieur

Pour éviter que votre système de chauffage ne devienne un élément visuel encombrant, il est crucial de l'intégrer harmonieusement à votre décoration. Par exemple, une cheminée moderne avec un design épuré, en métal ou en béton, peut devenir un véritable point focal dans votre salon. Si vous avez une cheminée à foyer ouvert, elle apportera non seulement de la chaleur, mais aussi une ambiance conviviale et chaleureuse, idéale pour les soirées d'hiver. De même, les poêles à bois ou à granulés, souvent plus compacts et élégants, peuvent être intégrés à la perfection pour offrir à la fois confort et esthétisme. Les radiateurs, qu'ils soient électriques, à eau ou à accumulation, sont aujourd'hui disponibles dans une grande variété de styles et de définitions, ce qui permet de les adapter à toutes les pièces. Par exemple, des radiateurs à inertie en travein apporteront un effet naturel et une touche de luxe à votre intérieur.

Miser sur des matériaux et des couleurs contrastées

Pour mettre en valeur une cheminée ou un poêle, jouez avec les matériaux et les couleurs. Une cheminée en marbre noir ou en pierre naturelle peut être sublimée par des éléments décoratifs comme des papiers peints ou des faïences à motifs contrastés, créant ainsi une atmosphère plus contemporaine. Pour un look plus audacieux, pourquoi ne pas peindre votre cheminée dans des couleurs vives. Ce

contraste dynamique apportera du caractère à votre pièce, tout en soulignant l'élément central de votre décoration. De même, pour les poêles, optez pour des matériaux bruts comme l'acier ou la fonte, qui, combinés avec des accessoires en bois, apporteront de la chaleur et de la texture à votre intérieur.

Personnaliser vos radiateurs

Les radiateurs traditionnels peuvent facilement être personnalisés pour se fondre parfaitement dans votre décoration. Par exemple, pour les radiateurs muraux, vous pouvez ajouter une étagère dessus pour y poser des plantes, livres ou objets décoratifs. Cela permet non seulement d'optimiser l'espace, mais aussi de transformer un simple radiateur en un véritable élément de décoration. Pour un effet artistique, pourquoi ne pas peindre votre radiateur en fonte avec des dégradés de couleurs ? Ce type de personnalisation apportera une touche créative et unique à votre pièce, tout en dissimulant l'aspect fonctionnel du chauffage.

Utiliser des accessoires décoratifs autour de la cheminée

La cheminée peut devenir un élément de décoration majeur si elle est entourée d'accessoires soigneusement choisis. Par exemple, un grand miroir au-dessus de la cheminée peut agrandir l'espace. Pour accroître cet effet cosy, n'hésitez pas à ajouter des bougies, des guirlandes lumineuses ou des lanternes autour de la cheminée, créant une atmosphère intime et relaxante. Les bûches décoratives, non seulement utiles pour le feu, peuvent également être disposées

dans des paniers ou sur des étagères pour apporter une touche naturelle et chaleureuse à votre intérieur.

Optimiser l'efficacité énergétique

Un chauffage bien choisi et bien entretenu peut aussi être plus économique et respectueux de l'environnement. Pour cela, optez pour un thermostat intelligent ou des radiateurs à faible consommation d'énergie. Les rideaux thermiques, en plus d'être esthétiques, peuvent également améliorer l'isolation de vos fenêtres et ainsi limiter les déperditions de chaleur. Le ramonage de votre cheminée est une tâche essentielle pour garantir un fonctionnement optimal et sécuritaire de votre système de chauffage au bois. En choisissant des équipements énergétiquement efficaces, vous pourrez profiter d'une chaleur agréable tout en réduisant votre empreinte écologique.



Qui-suis-je ?

Alan COTTEREAU, diplômé en architecture d'intérieur, a fondé son agence en 2019 avec pour ambition de proposer une expérience véritablement centrée sur les besoins du client.

alan.interiordesigner@gmail.com / 06 62 99 98 65
alan.cottereau.com / Instagram: acinteriordesigner



cheminée foyer fermé avec persiennes
(AC Interior designer)



Radiateur en fonte repeint en couleurs
(AC Interior designer)



Cheminée en marbre rouge mise en valeur par le bleu des murs (AC Interior designer)



HO ! HO ! HO !

Pour vos derniers achats de noël

Votre boutique sera ouverte le 23 décembre
de 10h à 19h et le 24 décembre de 10h à 17h30
SANS INTERRUPTION !

Joyeuses fêtes et à bientôt dans notre boutique

Zac de l'Épine Sud, 6 rue de l'Épine • **SAVIGNÉ L'ÉVÈQUE** (à 10 mn du Mans)
Du mardi au samedi de 10h-12h 14h-19h • www.espritdeco.net



Croquez la dolce vita à pleine dent

Vous cherchez des produits italiens que vous ne trouverez pas ailleurs pour vos repas de fin d'année ? C'est chez Gino & Marisa - La Bella Vita Gastronomia qu'il faut aller ! Cette épicerie fine propose des mets rares, des planches, de bonnes bouteilles et surtout une belle part de dolce vita sur votre table... Si vous voulez donner une touche de soleil et d'effervescence à vos fêtes de fin d'année, c'est ici qu'il faut aller !



GINO & MARISA

Un air de dolce vita pour les fêtes

Paniers garnis et produits rares

Chez Gino et Marisa - La Bella Vita Gastronomia, vous découvrirez des pépites qu'on ne trouve pas ailleurs. Chaque produit raconte une histoire succulente de l'Italie, à commencer par les truffes d'été conditionnées ou fraîches (en précommande). Elles sont parfaites en cette saison de fête pour sublimer une assiette de risotto, ou en entrée, sur une brouillade d'oeufs. *Delicioso !* Au rayon frais de l'épicerie italienne, vous tomberez aussi sur le divin lardo di Colonnata. Cette fine charcuterie, conservée et vieillie dans des vasques de marbre, est juste incroyable sur un simple toast grillé. Et pour vous faciliter la vie pendant les préparatifs, des paniers garnis sont également réalisés sur mesure par l'équipe de l'épicerie. Joliment présentés, ils seront le cadeau gourmand parfait pour combler vos proches ou pour se concocter un menu de Noël *buonissimo*.

Votre dernier repas... de l'année

Pour les fêtes de fin d'année, offrez-vous un air de dolce vita à table... L'épicerie s'occupe de votre repas du 31, afin de finir l'année en beauté, avec son plateau de raclette, devenu incontournable ! Et vous verrez que ce magnifique assortiment de fromages est à la mesure du repas de fête, qui sera aussi le dernier de l'année ! Taleggio (fromage de vache crémeux et aromatique), Fontina (fromage à raclette de la Vallée d'Aoste), Asiago (fromage doux et fondant), Montasio

(fromage qui offre une belle texture fondante et gratinée), Scamorzine (petite goutte de lait de vache fumée)... Vous allez fondre littéralement pour cet ensemble festif et typiquement italien. Il pourra également être assorti avec le plateau de 6 charcuteries.

Effervescence à table !

Rien de tel que de célébrer les fêtes autour de bons vins italiens et de bulles... Avec sa cave bien fournie, Gino & Marisa offre un large choix. L'effervescence s'invite à votre table avec le Prosecco rosé Bolla*, Millesimato 2020 (dès 9,95 € la bouteille). D'autres crus comme le Nero d'Avola* seront également parfaits pour accompagner vos festins de Noël et du 31, en apportant une pointe de soleil au passage de la nouvelle année.

L'alcool est à consommer avec modération.



Gino & Marisa - La Bella Vita Gastronomia

1 Rue Thomas Edison
02 43 23 58 08
facebook/BellaVitaGastronomia/

la Perle Rare POISSONNERIE

Pour des fêtes de fin d'année savoureuses et raffinées, laissez vous séduire par la fraîcheur et l'excellence de nos produits à la Poissonnerie La Perle Rare !

LE MANS • 18 Rue du Dr Leroy

Tél : 07 49 91 57 58

R.C.S. Le Mans 911 381 606

OUVERT

- Dimanche 22 décembre de 8h à 12h45
- Lundi 23 décembre de 8h-13h et de 14h-19h
- Mardi 24 décembre de 8h à 18h Non-Stop

LE MANS MAVILLE - MERCREDI 18 DÉCEMBRE 2024

CE MOIS-CI DANS VOTRE CINÉMA CGR COLISÉE

27 NOV.

4 DÉC.

18 DÉC.

25 DÉC.

À DES TARIFS* ATTRACTIFS

7,10€ tarif plein / 5,5€ -16 ans / 6,50€ lundi et jeudi
Rechargement 5 places 27,50€ (soit 5,50€ la place)
Rechargement 10 places 51€ (soit 5,10€ la place)

11 Rue du Port - Le Mans - www.cgrcinemas.fr

CGR Cinemas - RCS La Rochelle 661 780 221 - *Voir conditions en caisse

CGR
CINEMAS
LE MANS
LE COLISÉE

COFFRETS GOURMETS

À l'occasion des fêtes de fin d'année, rendez-vous à la Maison Reignier pour faire le plein de coffrets gourmands et gourmets ! Ces écrins sont parfaits pour offrir ou garder jalousement pour soi ! Et si l'épicerie fine est l'une des plus anciennes enseignes du Mans, c'est aussi l'une des plus savoureuses. Torréfaction, cave à vin, confiserie, traiteur... À Noël, vous allez voir que le choix s'y avère riche, gourmand et surtout cornélien...



MAISON REIGNIER

Le bonheur est dans la boîte

Les coffrets « Sarthois »

L'équipe de la Maison Reignier (**photo ci-contre**) célèbre fièrement les saveurs de Noël avec ses coffrets « Sarthois ». Chaque boîte met à l'honneur les produits emblématiques de la Sarthe, pour mieux partager pendant les fêtes un morceau de son histoire culinaire (1) : rillettes artisanales, petits sablés au beurre, vins* de Jasnières et autres délices issus du savoir-faire régional. Ces coffrets, parfaits pour un cadeau ou pour régaler ses convives, racontent le patrimoine d'un département riche et authentique. Chaque produit sélectionné est aussi un clin d'oeil savoureux aux artisans locaux qui travaillent avec passion et exigence.

ment du saumon fumé délicatement préparé, des fruits confits brillants de sucre (3), et les thés Dammann, présentes dans de charmantes boules de Noël à suspendre au sapin.

Le goût de l'excellence

Les amateurs de raffinement seront comblés par les produits de luxe à mettre sous le sapin. Foie gras truffé, caviar de grande maison, champagnes* millésimés et chocolats fins de créateurs renommés. Et pour offrir une expérience encore plus mémorable, chaque coffret peut être garni et ajusté selon ses désirs, pour refléter vos goûts ou ceux de vos proches. Vous êtes également invité à venir goûter ces produits d'exception directement dans la boutique (4), pour apprécier leur qualité avant de les offrir.

* L'alcool est à consommer avec modération.

Trésors du terroir irrésistibles

Pour les fêtes, la Maison Reignier propose également une collection de coffrets « Terroir », idéale pour voyager à travers les saveurs de France. Confitures aux fruits oubliés, miels rares, terrines de gibier, vins* de petits vignobles et autres délices irrésistibles sont à retrouver dans ces écrins de gourmandise, comme la crème de calisson du Roy René (2), cette friandise provençale très appréciée à base d'amandes et de pâte de fruit confits.



Un Noël enchanté

Pour célébrer les fêtes, la Maison Reignier a imaginé des coffrets « Noël » féériques, emplis de douceurs incontournables. Retrouvez les saveurs chaleureuses de gâteaux de Noël et l'élégance des panettones italiens. Les corbeilles gourmandes incluent égale-

Maison Reignier
19 rue Bolton
02 43 24 02 15
maisonreignier.com



Fromage
& ses amis

**Pour les fêtes,
choisissez l'excellence avec le
Meilleur Fromager du Monde 2015 !**

107 Quai Ledru-Rollin
02 43 52 37 45
fromageetsesamis.com

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé. www.mangerbouger.fr
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



1.



2.



3.



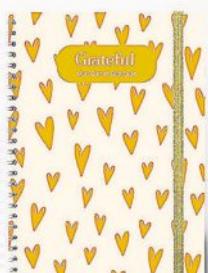
4.



5.



7.



9.



Bonnes résolutions (et petits plaisirs)

Envie de démarrer l'année du bon pied en adoptant de nouvelles habitudes ? Notre sélection spéciale « Bonnes Résolutions » est là pour vous inspirer avec style, praticité et une touche de fun !

Des accessoires pour mieux s'organiser, des outils dédiés au bien-être, et des essentiels pour un mode de vie plus éco-responsable... Et si cette année, vos résolutions se transformaient en véritables petites révolutions ?

1. Sac shopping - 5€48. *Sostrene vertes*, Cci des Jacobins, 13 rue Claude Blondeau

2. Plaid Mohair (142x183 cm) - 179,95€. *Le Comptoir Irlandais*, 6 place Franklin Roosevelt

3. Tapis de yoga en pvc imprimé - 39€90. *Nature & Découvertes*, Cci des Jacobins, 13 rue Claude Blondeau

4. Boîte à souvenirs et carnet de voyage - 39€99. *Nature & Découvertes*, Cci des Jacobins, 13 rue Claude Blondeau

5. Bento éco-conçu (2 étages de 500 ml) - 42€90. *Nature & Découvertes*, Cci des Jacobins, 13 rue Claude Blondeau

6. Bougie paillettes Jasmin - 9€90. *Le Petit Souk*, 12 rue Saint-Jacques

7. Carnet de gratitude - 12,90€. *Cultura*, rue du Parc Manceau

8. Montre connectée Smartwatch - 109€. *Louis Pion*, Galeries Lafayette, 17-21 rue des Minimes

9. Bloc notes magnétique - 6,90€. *Pylones*, 6 rue Saint-Jacques

10. Bouteille isotherme pour thé 350 ml - 42,96€. *Boulanger*, 154 rue L. Delage, La-Chapelle-Saint-Aubin

6.



8.



10.



FOUCHER
BIJOUTIER - JOAILLER
MAISON FONDÉE EN 1878

Plein d'idées cadeaux pour les fêtes !

www.bijouteriefoucher.fr

Galerie AUCHAN - LA CHAPELLE SAINT AUBIN
Du lundi au samedi 9h30/20h
20 Grande Rue - LA FLÈCHE
Le lundi 14h/19h et du mardi au samedi 10h/12h - 14h/19h



C'est une Question de Style

Des idées cadeaux de 16€ à 25€

OUVERTURE LE DIMANCHE 22 DÉCEMBRE 13H30 - 19H
ET LE LUNDI 23 DÉCEMBRE 11H - 17H

5 PLACE DU HALLAI • LE MANS
06 76 34 76 18

Le Mans A 324 944 388



Idées cadeaux LAST MINUTE



1. Jean Levi's 501 original, 99€ pièce. Oliver, 30 rue nationale, 02 43 24 32 78

saire est inclus. 15€89, La Mercerie d'Emi, 8 rue d'Alger, 02 43 25 24 86

2. Boucles d'oreilles Léonie - Perles de culture de chez GAS, 115€. Agate, passage du commerce - 02 43 28 14 79

9. Assortiment macarons maison, coffret de 8 ou 12 pièces. À partir de 13€50. Choclaterie Pâtisserie Vincent Besnard, 5 rue Vincent Scotto - 09 79 05 82 21

3. Bougie artisanale de 180g en cire de colza - Son parfum boisé, frais et épice invite à l'évasion. Création en édition limitée. 24€90 pièce. Unik&Sens, 7 rue de la Juiverie

10. Affiche plan du Mans encadrée A4, 51€. Impression papier de qualité galerie certifié FSC, encadrement Alpha noir en alu de chez Nielsen. Différentes tailles. L'Éclat de Verre, 7 Av. Louis Cordelet, 02 43 24 27 81

4. Veste Viplax de chez Vila, 75€. Chez Luisette, passage du commerce - 09 87 14 56 91

11. Bracelet bouée de chez Secret de Cuir, 79€. Le Boudoir de Lily, passage du commerce - 02 43 47 29 29

5. Broche Verone de chez Philippe Ferrandis, 295€. Agate, passage du commerce - 02 43 28 14 79

12. Sac Fuchsia, ligne Carsten en toile enduite vernis, coloris carmin. 61€- Cuir JD, 1 Rue de la Perle, 02 43 28 05 36

6. Veste bombers Giselle, C'est beau la vie!, 89€95. C' Jolies Choses, passage du commerce - 02 43 29 96 56

13. Chaussettes transparentes Atelier saint Eustache, de 21 à 23€, 7 modèles différents, imaginées en France et fabriquées en Italie - Mon Beau Soulier, 152 ter Av. Jean Jaurès, 09 74 97 24 53

7. Sac Lancel, ligne Faubourg en cuir de vachette, coloris sauge. 450€ - Cuir JD, 1 Rue de la Perle, 02 43 28 05 36

14. Pochette Hugo Boss noire, 120€. Repère, 3 boulevard René Levasseur, 02 43 28 74 28



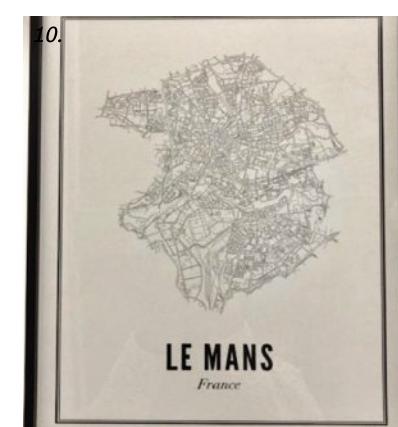
11.



12.

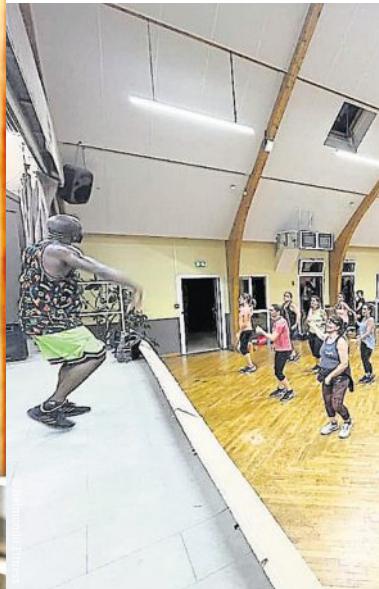


13.



14.





Les pépites d'Eugénie

Céramiste passionnée par le Japon, Eugénie nous ouvre les portes de son univers créatif et de ses lieux favoris.

Pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Eugénie et je suis céramiste. Mon atelier se trouve au Pôle Européen du Cheval à Yvré-l'Évêque, où je vis et travaille depuis 2020. J'y crée des pièces de vaisselle ainsi que de petits objets décoratifs, en m'inspirant des paysages magiques et du folklore japonais, dans une ambiance très inspirée par *Mon voisin Totoro*. Le Japon me fascine depuis toujours. J'ai même une licence de japonais !

À quoi ressemble votre Noël ?

Pour moi, Noël est avant tout l'occasion de partager du temps avec des proches. Mais cela s'arrête là, car je déteste l'hiver et le froid !

Vos restaurants préférés ? Japonais on imagine ?

Bien sûr ! J'ai un faible pour **Mikiya** (1), tenu par un couple d'origine chinoise, mais qui a vécu de nombreuses années à Osaka. Le service est lent, donc il faut être patient. Mais l'attente en vaut la peine. La street food japonaise proposée est tout simplement excellente.

J'aime bien aussi **Yummi** (2). C'est un petit restaurant d'inspiration coréenne qui propose, entre autres, de délicieux onigiri, ces boulettes de riz enveloppées d'algue nori, idéales pour un repas sur le pouce. Préparés dans la pure tradition nippone, ils se consomment facilement, à la manière d'un sandwich. Un vrai délice pour un encas simple, savoureux et à petit prix !

Des endroits où boire un verre entre amis ?

Ne consommant pas d'alcool, je fréquente peu les bars. Cela dit, j'aime sortir, mais à condition que le lieu propose une activité originale. C'est pourquoi je

suis impatiente de découvrir la salle de karaoké privative qui va bientôt ouvrir au Pôle Européen du Cheval. Pour ceux qui connaissent un peu, elle s'inspire de BAM Karaoké à Paris, avec le même matériel et le même logiciel. Le principe est génial ! On y va avec son groupe d'amis, dans un espace réservé et à l'abri des regards, ce qui est parfait si on est un peu timide ou qu'on veut s'éviter des moments de solitude devant des inconnus... C'est exactement dans l'esprit japonais, et plus largement asiatique, où les salles de karaoké privatives sont une tradition incontournable. J'ai vraiment hâte de tester ce nouveau lieu !

En attendant, je ne vois rien de mieux qu'un escape game pour partager un super moment avec des proches. Mon coup de cœur va à **Escape Time** (3) dont les scénarios sont incroyablement immersifs. Le soin apporté aux décors et à l'ambiance est stupéfiant. Par exemple, dans la salle sur le thème des pirates, on se croirait aux côtés de Jack Sparrow : de l'eau qui s'écoule, de vrais rochers et d'autres détails extrêmement réalistes plongeant littéralement les participants dans l'univers de *Pirates des Caraïbes* !

Vos adresses favorites pour des séances shopping ?

Je vous livre mes deux adresses incontournables : **Lucette** (4) où l'on trouve une large sélection de vêtements, cosmétiques, bijoux et déco toujours originale ; et **Le Petit Souk** (5), un véritable coup de cœur où tout scintille, tout brille, et où chaque recoin regorge de trésors insolites. Et puis j'adore son petit côté kitsch, qui ajoute une touche décalée et joyeuse.

Comment aimez-vous occuper votre temps libre ?

La Fonderie (6) est l'un de mes lieux favoris. Installée dans un ancien bâtiment industriel, elle accueille des compagnies et des artistes en résidence, travaillant sur des projets variés : théâtre, danse, musique, ou encore écriture. Ce qui rend La Fonderie si unique, c'est qu'elle ouvre parfois ses portes au public, non pas pour des répétitions générales, mais pour des représentations uniques. Par exemple, *La Fièvre du samedi matin* offre chaque semaine une immersion dans le processus créatif de musiciens en pleine exploration sonore.

Je suis par ailleurs une adepte inconditionnelle des cours proposés par **Belmondo Fitness** (7). Le professeur, qui mêle Zumba, danse et fitness, est hyper solaire. On est tout de suite transporté par son énergie incroyable. Tout le monde repart avec le sourire, une bonne dose de vitamine et un peps phénoménal.

Un spot au vert ?

La forêt de Bercé est absolument splendide, surtout en automne. Les feuilles se parent de nuances de rouge, d'orange et de jaune, comme un tableau vivant.

Question incontournable : fait-il bon vivre au Mans ?

J'ai vécu un temps à Paris, et même si j'ai beaucoup aimé mon expérience là-bas, Le Mans me comble pour d'autres raisons. Il y a une vraie dynamique, avec plein de projets innovants et une créativité débordante. Si on est un tant soit peu curieux, il est impossible de s'y ennuyer. Le gros avantage du Mans c'est que tout reste accessible, avec la proximité et la convivialité d'une ville à taille humaine.



LE CARNET D'ADRESSE D'EUGÉNIE :

(1) Mikiya

3 rue Auvray

(2) Yummi

28 place de l'Éperon

(3) Escape Time

4 rue Antoine de Saint-Exupéry,
Mulsanne

(4) Lucette

7 rue de la Barillerie

(5) Le Petit Souk

12 rue Saint-Jacques

(6) La Fonderie

2 rue de la Fonderie

(7) Belmondo Fitness

belmondfitness.net

Suivez Eugénie sur Instagram !

@nagorieceramique

GOOD VIBES ONLY !



JARDINS ENCHANTÉS

Dans des clairières enchantées et des forêts mystérieuses, Flaca Boonse et Alexis Moutzouris créent un univers sonore organique et délicat, accompagnant six courts-métrages d'animation. Dès 3 ans.

Mer. 18 décembre à 10h30
Les Cinéastes - 42 pl. des Comtes du Maine
Gratuit sur rés. : 06 70 30 41 73

TOURNOI DE BELOTE

Venez tenter votre chance dans une ambiance conviviale et chaleureuse au tournoi de belote organisé par le club Martin-Luther-King. De nombreux lots sont à gagner pour les meilleurs joueurs.

Mer. 18 décembre à 13h30
Club Martin-Luther-King
55, rue de Saint-Aubin
Tarif : NC

COUP DE POUCE EMPLOI

Participez à l'atelier de La Cravate Solidaire pour booster votre recherche d'emploi. Au programme : coaching en image (tenue vestimentaire remise), préparation à l'entretien d'embauche et shooting photo pour votre cv.

Ven. 20 décembre de 9h à 17h
Maison Jean Moulin
23 rue Robert Collet
Ins. : 07 44 76 88 24

À VOS PAS DE DANSE !

Le bal mensuel du club Martin-Luther-King ouvre ses portes à l'orchestre Bruno Leblanc pour une après-midi dansante. Venez partager un moment convivial en musique !

Ven. 20 décembre de 13h30 à 19h
Salle Pierre-Guédon
13 impasse Floréal
Tarif : 8 € pour les adhérents / 9 € pour les non-adhérents

PARTAGEZ VOS RÉCOLTES

Cueillez vos fruits et légumes et offrez le surplus à l'Épicerie solidaire étudiante ou à l'Épicerie solidaire « Le Kaléidoscope ». Grâce à votre générosité, les familles et étudiants bénéficiaires de l'aide alimentaire pourront savourer des produits frais.

Jusqu'au mar.
31 décembre
Épicerie solidaire étudiante
16 bd. Charles Nicolle
Le Kaléidoscope
4 rue du Cap. Floc'h



SAINT SYLVESTRE

Terminez l'année 2024 en beauté lors d'une soirée festive et conviviale à la salle Pierre-Guédon ! Au programme : repas d'exception, animation musicale, moments de partage...

Mar. 31 décembre à partir de 18h45
Club André Poigny
2 place Georges-Gautier
Ins. : 06 52 06 69 26 et a.poigny@gmail.com

COURS DE DESSIN

Au sein de ce cours, les élèves sont invités à effectuer leurs séances en extérieur pour le « dessin en contexte » et en intérieur pour le « dessin botanique ». Il n'est pas encore trop tard pour s'inscrire !

Jusqu'au sam. 14 juin
Le sam. de 9h30 à 12h30
École supérieure d'art et de design TALM
28 av. Rostov-sur-le-Don
Ins. : esad-talm.fr/fr/les-cours-publics/talm-le-mans/inscription

NOUVELLE RÉSIDENCE

Dans le cadre de sa politique active face à la crise du logement, Le Mans Métropole Habitat a inauguré, le mardi 3 décembre, sa nouvelle réalisation immobilière : la résidence Élizabeth-Vigée. Située rue Henri-Champion, sur une ancienne « dent creuse », Cette résidence offre 22 logements, du T1 au T4, ainsi que 23 places de stationnement, dont 3 sont adaptées aux personnes à mobilité réduite (PMR).

SOUTIEN AUX FEMMES

Face à l'augmentation des violences faites aux femmes (+7 % en 2023), Tarmac prévoit de créer un centre sécurisé avec 10 studios autonomes. Pour le réaliser, Tarmac lance un appel à mécénat auprès des entreprises, particuliers et partenaires locaux via une campagne de crowdfunding accessible via ce lien : helloasso.com/associations/association-tarmac-2/collectes/projet-femmes-victimes-de-violence-s

CONSULTATIONS PLU

Pour adapter le Plan local d'urbanisme (PLU) aux nouveaux types d'habitats mobiles ou légers (tiny houses, camping-cars, camions aménagés), Le Mans Métropole lance une concertation publique jusqu'à fin janvier 2025. Deux questionnaires sont disponibles pour mieux comprendre les besoins et attentes des habitants concernés. Ils sont téléchargeables sur lemansmetropole.fr



© Château de Montreuil-Bellay



À ne pas manquer à Montreuil-Bellay !

Le festival de la BD (mai)
Les Médiévaux (mai)
Les Peintres dans la Rue (août)
Visites théâtralisées (en saison)

Plus d'infos sur :
petitescitesdecaractere.com

Voyage au Cœur du Moyen Âge

À une heure et demie du Mans, nichée entre la Loire et la Vienne, la charmante cité médiévale de Montreuil-Bellay invite à un véritable voyage dans le temps. Ce village classé parmi les « Petites Cités de Caractère » offre un cadre idyllique pour une escapade d'une journée ou d'un week-end, mêlant histoire, patrimoine architectural et nature.

Un château majestueux

Dès votre arrivée, l'imposant château de cette charmante cité attire irrésistiblement le regard. Perché sur un éperon rocheux, il domine la vallée du Thouet et offre un décor de conte de fées. Bâti entre le XI^e et le XV^e siècle, ce chef-d'œuvre d'architecture médiévale est ceinturé par de longues murailles ponctuées de tours qui donnent à l'ensemble une impression de puissance et de sérénité.

La visite de cette forteresse imprenable vous emmène à travers ses différentes salles et ses jardins. À l'intérieur, vous découvrirez des pièces magnifiquement restaurées, meublées d'objets d'époque. La superbe cuisine médiévale, en particulier, fascine par

ses dimensions et ses aménagements. À l'extérieur, les jardins à la française, les terrasses et le parc offrent une balade bucolique avec des vues panoramiques sur la campagne environnante.

« En flânant dans les ruelles pavées, vous découvrirez des maisons à colombages, des églises et des vestiges de l'enceinte médiévale »

Flânerie dans la cité médiévale

Le village de Montreuil-Bellay est tout aussi séduisant que son château. En flânant dans les ruelles pavées, vous découvrirez des maisons à colombages, des églises et des vestiges de l'enceinte

médiévale, dont certaines tours sont encore debout. L'église Notre-Dame, édifiée aux XII^e et XV^e siècles, est un autre joyau, avec ses vitraux et ses sculptures finement ciselées.

Poursuivez votre déambulation jusqu'à la porte Saint-Jean, vestige silencieux de la vocation militaire et défensive de cette cité au carrefour de l'Anjou, de la Touraine et du Poitou. Les remparts, encore partiellement dressés comme des gardiens de pierre, renforcent l'aura médiévale qui imprègne les lieux. Dans leur majesté immobile, ils témoignent de la vie intense de cette place forte qui connaît bien des vicissitudes au cours de son histoire mouvementée.

Un retour à l'époque médiévale

Montreuil-Bellay est un véritable trésor caché de la région. Son château imposant, son village pittoresque, ses vins raffinés et sa nature environnante en font une destination idéale pour les amoureux d'histoire, de patrimoine et de tranquillité. Que vous veniez pour une journée ou un week-end, cette escapade vous transportera dans un univers où chaque pierre et chaque ruelle racontent une histoire.

En prenant le temps d'explorer les moindres secrets de cette petite cité de caractère, vous repartirez avec l'impression d'avoir voyagé dans le temps. La douce sensation d'avoir effleuré les vestiges d'un passé bien vivant...

ALL4HOME LE MANS SUD

MÉNAGE, REPASSAGE
GARDE D'ENFANTS À DOMICILE

OFFRE DE FIN D'ANNÉE !

02 30 31 01 18

2H DE PRESTATIONS OFFERTES**

50% de crédit d'impôt*

14 Avenue Félix Geneslay 72100 Le Mans
www.all4home.fr

*Selon art. 199 sendicte du CGI. **Jusqu'au 31/12/2024 pour tous contrats de 2h/ hebdo. Déclaration n°SAP847642550

PROFITEZ D'UNE RÉDUCTION
POUR RÉPARER DANS MA BOUTIQUE

Bonus cumulables de -7€ à -25€ sur les réparations éligibles

CHANGEMENT BONBOUT

- 7€

POSE PATIN

- 8€

OPÉRATION COUTURE/COLLAGE

- 8€

CHANGEMENT ZIP

<20 CM - 10€

>20 CM - 14€

OPÉRATION RESSEMELAGE

GOMME - 18€

CUIR

- 25€



CORDONNERIE VERNEAU
LA TRADITION DANS LA MODERNITÉ

148 av. Jean Jaurès - LE MANS
Tél. 02 43 72 62 81
infos@cordonneerie.fr
www.cordonneerie.fr

Alice et Mehdi : poids des origines, force des sentiments

Quand deux âmes que tout oppose se rencontrent, les certitudes vacillent et les destins se croisent. Héritière d'un monde privilégié et fils de travailleurs modestes, Alice et Mehdi bravent les préjugés pour vivre une histoire d'amour aussi intense que fragile. Malgré la barrière sociale, un lien profond les unit. Certains obstacles semblent cependant insurmontables, même pour les cœurs les plus sincères.



Jeune femme brillante, Alice a grandi dans le prestigieux « triangle d'or » du Mans, ce quartier niché entre les Jacobins et le jardin des Plantes, où les élégantes demeures de pierre murmurent les récits d'une bourgeoisie prospère. Étudiante en droit, elle cultive une passion ardente pour l'art et le patrimoine, des univers où elle trouve un écho à son besoin de liberté. Ses parents espèrent la voir reprendre les rênes de l'entreprise familiale et unir son destin à celui d'un jeune notaire promis à un bel avenir.

Mehdi a grandi dans le quartier populaire des Sablons, à l'opposé géographique et social de la ville. Fils d'un mécanicien et d'une aide-soignante, il jongle entre plusieurs petits boulots pour subvenir à ses besoins et financer ses études en sociologie. Il consacre son temps libre à une association locale œuvrant pour l'insertion des jeunes issus de milieux modestes. Rien ne semblait prédestiner leurs mondes à se rencontrer. Pourtant, un soir de septembre, le hasard va tisser un lien inattendu entre leurs univers.

Début d'une histoire

Cette rencontre a lieu à l'occasion d'une conférence sur les inégalités sociales, organisée à l'université du Mans par l'association de Mehdi. D'abord un peu réticente, Alice s'y est rendue à l'initiative d'une amie. Très vite, elle est subjuguée par l'éloquence et la force de convictions de Mehdi dont le discours, passionné mais lucide, ébranle ses certitudes : c'est un éclairage bouleversant sur des réalités qu'elle n'avait jamais fait qu'effleurer.

Après la conférence, un court échange s'engage. Intrigué par l'intérêt authentique de cette jeune femme dont l'univers semble si éloigné du sien, Mehdi accepte son invitation à poursuivre la discussion dans un café de la place de la République. Un rendez-vous improvisé qui va devenir le point de départ d'une relation singulière, nourrie par des aspirations

communes mais ponctuée de silences et d'épreuves qu'ils devront affronter côte à côte.

Fragile équilibre...

Leurs balades au Jardin des Plantes, leurs éclats de rire dans les bars et restaurants de la rue des Ponts Neufs, ou leurs escapades le long des rives de la Sarthe écrivent le premier chapitre d'une histoire d'amour intense. Malgré leurs différences, le monde entier semble s'ouvrir à eux, riche de promesses et de complicités partagées. Cette relation, aussi profonde qu'inattendue, s'épanouit ainsi dans la douceur de l'insouciance des premiers mois... et à l'abri des regards. Mais à mesure que leur idylle devient publique, elle se heurte violemment à la barrière des préjugés. Leurs amis respectifs, incrédules, ne manquent jamais de leur rappeler qu'ils n'ont « rien en commun ». Ces incompréhensions alimentent une tension qui les bouscule au plus profond d'eux-mêmes et fragilise leur relation.

L'amour plus fort que les préjugés ?

Malgré tout, Alice décide de surmonter ses craintes et de franchir une étape importante : un soir, elle invite Mehdi à dîner chez ses parents. L'atmosphère, déjà tendue, bascule lorsque son père, sous couvert de politesse, lâche des remarques condescendantes sur les origines du jeune homme. Touché en plein cœur et profondément blessé, ce dernier quitte la table sans un mot. Ce moment charnière place Alice face à un dilemme qu'elle ne peut plus esquiver : écouter son cœur ou céder à la pression écrasante de son milieu. Épuisée et submergée par le conflit intérieur, elle se sent incapable de concilier son amour avec les exigences oppressantes de son entourage. De son côté, Mehdi étouffe sous le poids des jugements et des regards désapprobateurs qui s'abattent sur leur couple.

La rupture

Une nuit, sur le pont Gambetta, là où leurs lèvres s'étaient effleurées pour la première fois, ils se disent adieu. Les mots restent suspendus, inutiles, car leurs regards en disent déjà trop. Les larmes coulent, scellant un amour trop fragile pour résister aux forces contraires.

Aujourd'hui engagée dans une ONG, Alice a donné un sens différent à sa vie. De son côté, Mehdi achève son mémoire sur les inégalités sociales, y gravant en filigrane cette rencontre qui a bouleversé son parcours et élargi sa vision du monde. Sur les rives de la Sarthe, deux silhouettes marchent à présent seules. Mais dans le creux de leur cœur, elles portent les traces indélébiles d'un amour aussi éphémère qu'inoubliable.



Racontez-nous, vous aussi, votre histoire !

Qu'elle soit heureuse ou triste, romantique ou insolite, racontez-nous vous aussi votre histoire.

Rendez-vous sur
lemansmaville@additi.fr
pour nous confier votre témoignage.

SALUT
L'ARTISTE

lemans
maville

**DESSINE ET MONTRÉ NOUS
TON ENDROIT PRÉFÉRÉ**

📍AU MANS



SI TU AIMES LE MANS AUTANT QUE NOUS

ENVOIE-NOUS TON ŒUVRE À

lemansmaville@additi.fr

**ELLE SERA PEUT-ÊTRE PUBLIÉE
DANS LE PROCHAIN NUMÉRO !**